http://le-journal-italienne.blogspot.com/

Chef ACADEMY

LA GRANDE SCUOLA DI CUCINA
CON LIBRO E RICETTE FILMATE

3. Primi piatti di pasta secca

DVD 1
DVD 2
LIBRO
CHEF MAESTRO

I CORSI DI REPUBBLICA-L'ESPRESSO

Per Questo e molto altro ancora ,visita...

CHEF ACADEMY
[illegible]

3. [illegible]

I CORSI DEL GRUPPO EDITORIALE L'ESPRESSO
Settimanale - N.26 Anno II
Direttore Responsabile: Ezio Mauro
Gruppo Editoriale L'Espresso S.p.A.
Registrato presso il Tribunale di Milano
Sede legale via Cristoforo Colombo 149 - 00147 Roma

© 2009 Gruppo Editoriale L'Espresso S.p.A.
Pubblicato su licenza di E-ducation.it S.p.A. – Firenze

© 2009 E-ducation.it S.p.A. – Firenze

Tutti i diritti riservati

Direzione editoriale: [illegible]
Coordinamento della produzione: [illegible]
Cura redazionale: [illegible]
Hanno collaborato: [illegible]
Progetto grafico impaginazione: [illegible]
Foto di copertina: © [illegible]

Consulenza scientifica: [illegible]
Testi: [illegible]

Fotografie di scena per Scuola di cucina:
[illegible]

Fotografie di scena per Chef in cattedra:
[illegible]

Da vendersi esclusivamente in abbinamento
al numero in edicola de la Repubblica o L'espresso

Gruppo Editoriale L'Espresso S.p.A.
Via Cristoforo Colombo 149
00147 Roma

la Repubblica
Direttore responsabile: Ezio Mauro
Registrazione presso il Tribunale di Roma n. [illegible]

L'espresso
Direttore Responsabile: [illegible]
Reg. Trib. Roma n. [illegible]

Per le immagini:
[illegible]

Tutti i diritti di copyright sono riservati.
Ogni violazione sarà perseguita a termini di legge.

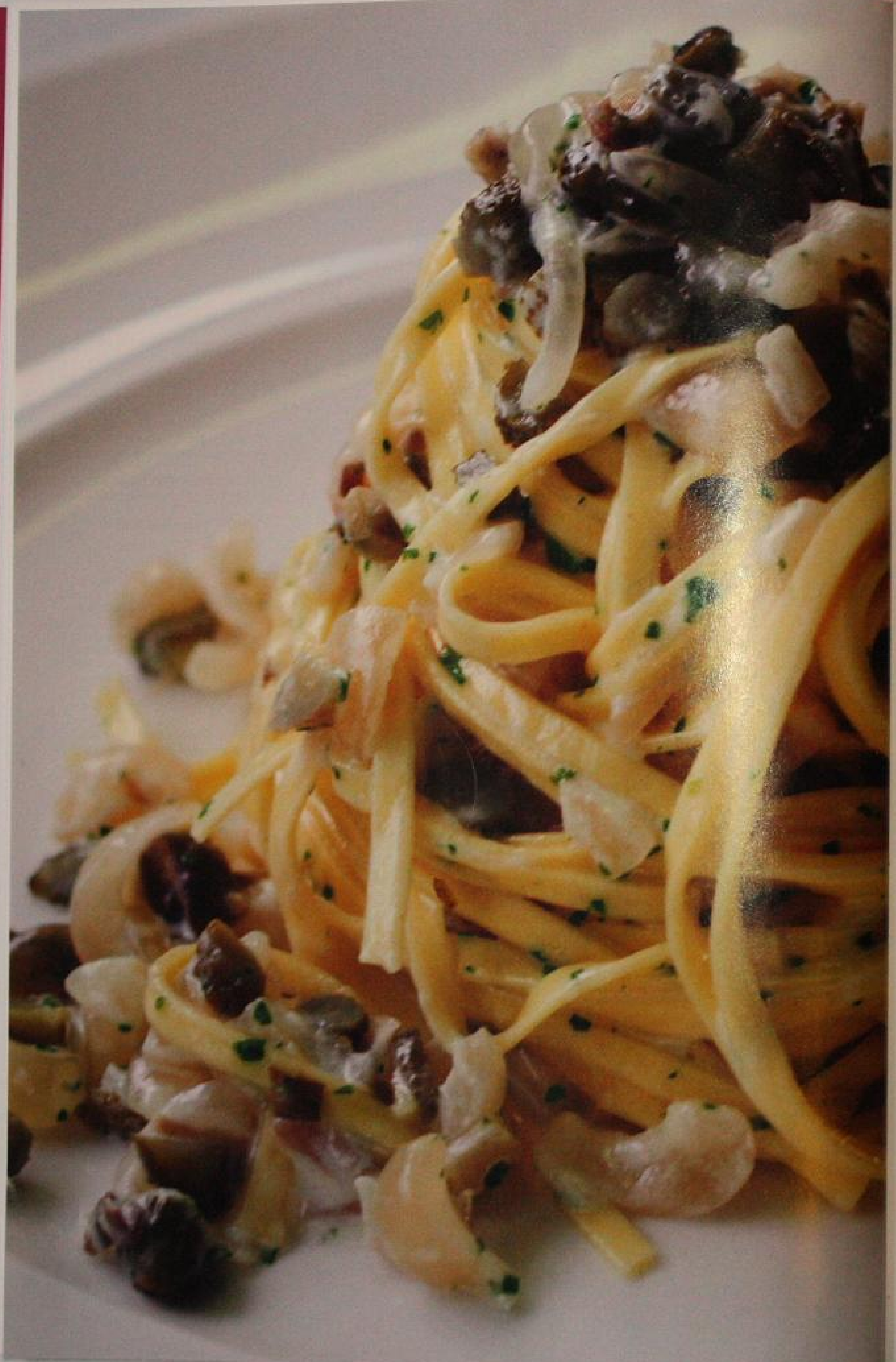
Stampa presso:
[illegible]

CHEF ACADEMY

3.
Primi piatti di pasta secca

I CORSI DI REPUBBLICA-L'ESPRESSO

http://le-journal-italienne.blogspot.com/



Indice del volume

9 Primi piatti di pasta secca

11 Scuola di cucina

12 PREPARAZIONI E TECNICHE DI BASE
12 Tecniche di cottura delle paste secche
13 La cottura della pasta a risotto
14 Tecniche di finitura delle paste secche
14 Salare la pasta
15 Mantecare la pasta

16 SALSE CALDE
16 La salsa di pomodoro
16 • Salsa di pomodoro classica
18 • Salsa di pomodoro fresco
20 Salse classiche per condire la pasta secca
21 • Carbonara dello chef
23 • Carbonara
26 • Amatriciana
28 Salse con le verdure
28 • Salsa ai carciofi
30 Salse con il pesce
30 • Mollica di pane e acciughe
32 Salse ai formaggi
32 • Salsa ai formaggi

34 SALSE FREDDE
34 • Salsa di pomodoro concassé
36 • Pesto genovese
38 • Pesto alla siciliana
39 • Salsa ai peperoni

40 PASTE GRATINATE
41 • Pasta al gratin
43 I timballi
44 • Timballo di maccheroni

46 ALTRE RICETTE

56 STRUMENTI
56 Utensili per la pasta secca
57 Strumenti per la cottura
58 Pentole in alluminio
59 L'alluminio antiaderente

60 LA RICETTA FRA TRADIZIONE E INNOVAZIONE

62 MATERIA PRIMA
62 Formati speciali della pasta secca

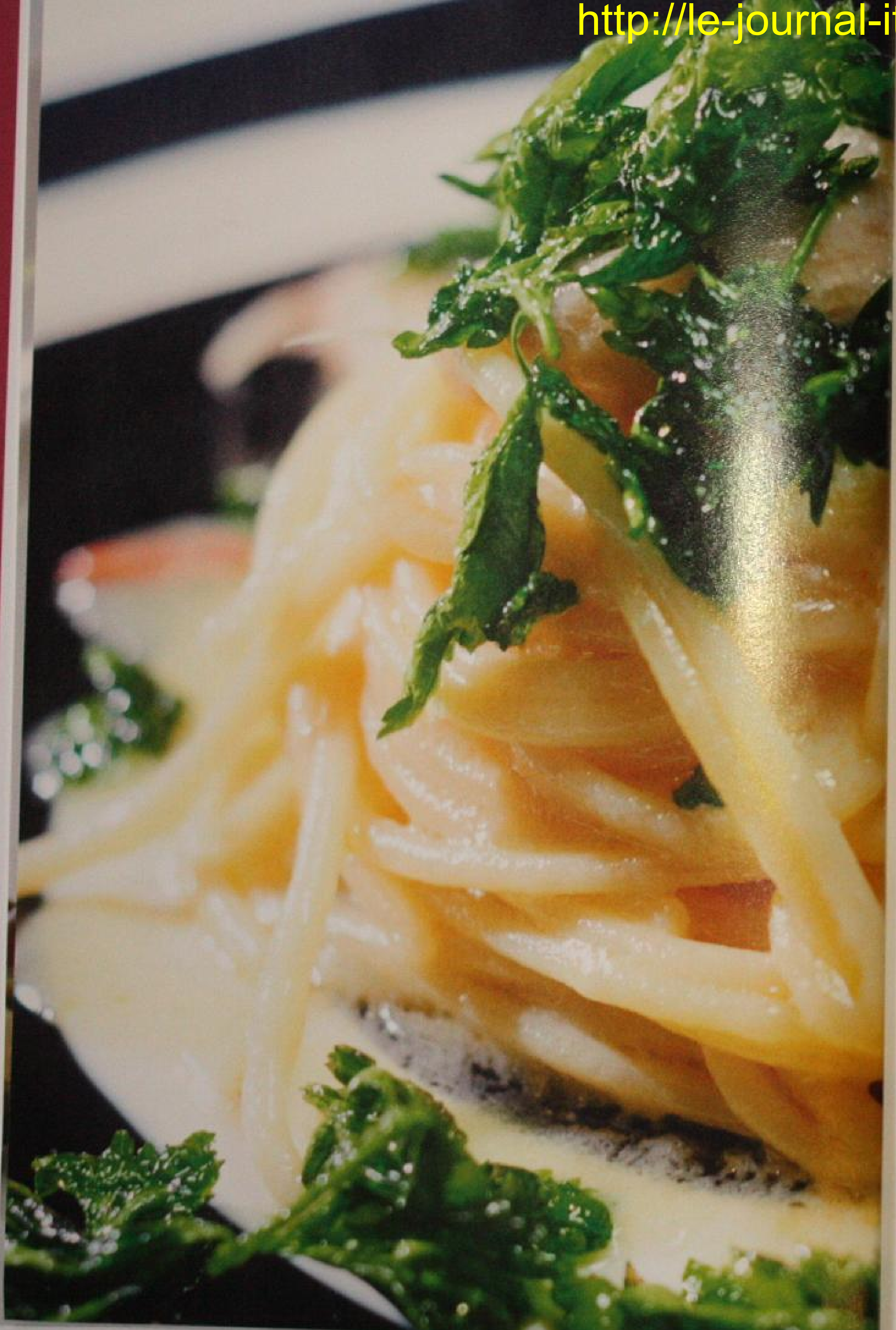
67 L'ARTE DI PRESENTARE
67 Come presentare i primi piatti

71 Chef in cattedra le ricette

72 Tagliolini in salsa tartara
Enrico Bartolini, LE ROBINIE, Montescano (Pavia)
76 Mezzi paccheri farciti ai tre latticini di bufala con succo di pomodoro datterino
Nicola Portinari, LA PECA, Lonigo (Vicenza)
80 Trenette col pesto a mortaio, patate e fagiolini
Giacomo Ruffoni, LA CONCHIGLIA, Arma di Taggia (Imperia)
84 Frittata di spaghetti con frutti di mare e pomodorini
Antonio Dipino, LA CARAVELLA, Amalfi (Salerno)
88 Ajo & ojo risottato
Adriano Baldassarre, IL TORDO MATTO, Zagarolo (Roma)
92 Spaghettoni di farina di grano rusia con ragù di triglie
Pietro D'Agostino, LA CAPINERA, Spisone-Taormina (Messina)

Per Questo e molto altro ancora ,visita...

http://le-journal-italienne.blogspot.com/



Primi piatti di pasta secca

Sulle origini della pasta non ci sono dati precisi; certo è invece il fatto che alla pasta, così come la intendiamo oggi, si è arrivati per gradi.

Prima l'uomo ha appreso l'arte di **tritare il grano** e impastarlo **con acqua**, poi è riuscito a **cuocerlo**, ottenendo delle specie di focacce, e i preparati di questa natura possono essere considerati i veri antenati della pasta che utilizziamo oggi.

Già nelle tombe etrusche comparivano raffigurazioni di **strumenti** tradizionalmente impiegati per fare la pasta, mentre il suo consumo, in epoca romana, è un dato assodato.

Un impasto di acqua e farina, simile a una focaccia, tagliata a strisce e arrostita su pietre roventi, unita a minestre di verdura o di legumi, era indicata col nome di **làgana**. Da questa si presume la derivazione del nome, ancora in uso oggi nel Meridione, di "lasagnetta" per indicare la **tagliatella**. Un'**altra ipotesi** vuole la pasta di **origine cinese**, giunta in Italia del Sud con l'arrivo degli Arabi; già nel 1152 d.C. il dotto arabo Al-Idris parla degli itriyah: fili di pasta secca che i nomadi portavano con sé negli spostamenti. Ancora oggi, infatti, in Sicilia si possono trovare i **vermiceddi di Tria**, di presunta origine araba, considerati i probabili antenati degli **spaghetti**.

Qualunque siano le origini, certo è che fino al XII secolo la pasta ebbe un ruolo marginale nell'alimentazione italiana, e la sua produzione, nonché consumo, si svilupparono quasi esclusivamente in **Sicilia, Campania** e **Liguria**.

A oggi, la pasta è diventata a tutti gli effetti il **piatto nazionale per eccellenza**, vanto e simbolo della cucina italiana in tutto il mondo. Essa compare almeno una volta al giorno sulle tavole degli italiani, rivestendo spesso non più solo il ruolo di primo piatto ma, se condita con sughi particolarmente ricchi, può anche costituire un piatto unico. Cibo versatile, adatto per tutte le occasioni, mette d'accordo persone di ogni età, gusto e scelta alimentare, è sano e nutriente allo stesso tempo. La pasta è anche un simbolo e un **fattore di unione**, spesso utilizzata come scusa per incontrarsi: la frase "perché non passate da me, ci facciamo un piatto di pasta?" è ormai un luogo comune per dire: "vediamoci". Dietro la semplice parola pasta si cela un mondo di **formati** e **tipologie** diversi. Dalla pasta secca, alla pasta all'uovo, dalla pasta ripiena alla pasta gratinata e l'elenco può continuare.

Per Questo e molto altro ancora ,visita...

http://le-journal-italienne.blogspot.com/

Per Questo e molto altro ancora ,visita...

http://le-journal-italienne.blogspot.com/

PREPARAZIONI E TECNICHE DI BASE

Tecniche di cottura delle paste secche

Il segreto di una buona pasta non risiede soltanto nella materia prima, ma anche nel rispetto di alcune semplici regole di cottura.

Utilizzare una **pentola piuttosto grande e alta**, che possa contenere una buona quantità di acqua, così da mantenere più facilmente una temperatura costante, oppure servirsi di un cuocipasta.

Usare una quantità di **acqua pari a 1 litro per ettogrammo di pasta**.

Salare l'acqua preferibilmente al raggiungimento dell'ebollizione in ragione di **10 g di sale grosso per litro di acqua**.

Qualche minuto dopo l'aggiunta di sale, non appena l'acqua riprende il bollore, gettarvi la pasta, alzando leggermente la fiamma del fornello, affinché l'ingresso della pasta fredda non abbassi troppo la temperatura dell'acqua, che deve mantenere l'ebollizione. La **pasta lunga** va messa intera, senza spezzarla, allargandola a ventaglio, quindi spinta lentamente verso il basso man mano che si ammorbidisce. La **pasta corta** va gettata a pioggia per evitare che si ammassi sul fondo della pentola, la **pasta a matassine** infine va immersa in acqua e subito dipanata con l'aiuto di un forchettone o di un cucchiaio di legno.

Dopo aver gettato la pasta, **mescolarla** di tanto in tanto per evitare che si formino degli agglomerati e far sì che la cottura avvenga in modo omogeneo.

Scolare la pasta **al dente**, cioè quando l'interno ha appena perso la parte biancastra: la pasta risulterà più buona e digeribile. Il **tempo di cottura** della pasta varia in funzione del formato, ed è in genere indicato sulla confezione: tuttavia, il miglior criterio per valutare la cottura resta sempre l'assaggio. Altrimenti si può spezzare una pasta e osservare il colore della zona centrale: se ancora bianca occorrerà proseguire la cottura. Regola vuole che paste anche di grandi dimensioni ma fini di spessore, cuociano prima di paste più piccole, ma più spesse. La pasta che deve essere ripassata in forno dovrà essere ben cotta, per evitare che successivamente assorba troppo sugo, ma chi la ama croccante può cuocerla come di consueto. Se la preparazione prevede un successivo passaggio in padella, andrà scolata con un minuto di anticipo, affinché completi la sua cottura insieme al condimento e possa comunque essere servita al dente.

Scolare la pasta con lo **scolapasta** oppure con il **forchettone**, nel caso della pasta lunga. È consigliabile conservare sempre un po' di acqua di cottura della pasta, da utilizzare nel caso in cui il sugo dovesse risultare troppo asciutto.

Condire la pasta e servirla al più presto ben calda.

Se il formaggio non è l'elemento caratterizzante della ricetta, meglio servirlo a parte, lasciando la scelta ai commensali.

La cottura della pasta a risotto

È un metodo di cottura della pasta analogo a quello utilizzato per la preparazione di un risotto. La pasta viene appena sbollentata per 2-3 minuti, messa nel recipiente di cottura del sugo e lì **fatta cuocere con l'uso del brodo o l'acqua di cottura della pasta**, aggiunto di volta in volta in piccole quantità, fino al suo completo assorbimento. Con questo metodo la pasta risulta di certo più saporita, perché non assorbe l'acqua ma il brodo (o l'acqua di cottura in cui si sono sciolti gli amidi) e i grassi del sugo. Gli ingredienti del sugo possono essere già tutti presenti nel tegame al momento in cui si aggiunge la pasta oppure incorporati più tardi se necessitano di cotture più veloci. La **durata della cottura** di una pasta a risotto è più o meno la stessa della cottura in acqua, solo un paio di minuti in più. Durante la cottura, la pasta rilascia nel sugo una certa quantità di amido, che può leggermente modificarne il sapore, elemento non gradito da tutti. Si attua questa preparazione soprattutto con ricette che prevedono l'uso di ragù di manzo e cacciagione.

La quantità di pasta è di circa **80 g a persona**, tenendo presente che le paste di piccolo formato hanno una resa inferiore rispetto a quelle più grandi, e che i condimenti più o meno ricchi possono far variare di

Per Questo e molto altro ancora ,visita...

http://le-journal-italienne.blogspot.com/

10-20 g la porzione. Se nel menu si prevede di servire due tipi di pasta, occorrerà diminuire le porzioni, riducendole a circa 40 g per varietà.
L'aggiunta di **acqua fredda** a fine cottura può determinare una perdita di elasticità e di lucentezza della pasta, pertanto, eventualmente, è sempre consigliabile aggiungerla molto calda così da non fermare l'ebollizione.
Nel caso in cui si rendesse necessario **precuocere** la pasta, peraltro pratica sempre sconsigliabile, occorre scolarla prima della completa cottura e raffreddarla stendendola su una superficie fredda (ad esempio il marmo), ungendola in modo che non si attacchi. Una volta ripresa la cottura finale, la pasta ha comunque perso in elasticità e brillantezza, oltre ad avere un sapore modificato; inoltre, avendo assorbito una piccola quantità di olio, si condisce più difficilmente perché il sugo tende a scivolare via.

Tecniche di finitura delle paste secche

Saltare la pasta

La cottura al salto, utilizzata per numerose tipologie di preparazioni, non soltanto per la pasta, deve il suo nome al movimento impresso all'alimento con il polso e con la mano attraverso il manico della padella, facendolo appunto saltare. È una **cottura dinamica e veloce**, impiegata per la **rosolatura** di piccoli pezzi di carne, filetti di pesce, verdure, legumi e ovviamente pasta e risotti.
La cottura al salto prevede l'uso di **una materia grassa** da mettere nella padella e riscaldare, per poi versarci gli alimenti da rosolare. Questo tipo di cottura solitamente non comporta l'aggiunta di acqua, anzi è proprio l'elemento da evitare perché tende ad abbassare la temperatura del processo. Per questo ci si serve di **padelle dalla superficie ampia**: un'elevata superficie di contatto con la fiamma permette di raggiungere alte temperature e una veloce evaporazione dell'acqua che fuoriesce naturalmente con la cottura dall'alimento. Anche il continuo movimento degli alimenti nella padella contribuisce a favorire l'evaporazione.

Nel caso della pasta, occorre però fare una precisazione: non si tratta di una cottura vera e propria, bensì di una **rifinitura** allo scopo di insaporirla facendola legare meglio con il sugo. Il passaggio in padella è infatti molto veloce e realizzato a fuoco vivace. È pur vero che la pasta saltata deve avere una consistenza morbida, "bavosa" e non troppo asciutta, perciò può essere talvolta necessario aggiungere nella padella 1-2 cucchiai di acqua di cottura ben calda. Osserviamo nel dettaglio come si salta una pasta:

- Versare nella padella la giusta quantità di sugo, riscaldarla, quindi aggiungere la pasta scolata un paio di minuti prima della cottura al dente.
- Impugnando il manico della padella far saltare la pasta con colpetti decisi per 1-2 minuti, mantenendo la fiamma vivace. Se necessario aggiungere una piccola quantità di acqua di cottura.
- Quando la pasta ha raggiunto la giusta legatura, cioè il sugo è alla giusta densità, si possono unire, se la ricetta lo prevede, ingredienti come il parmigiano o il pecorino grattugiato, il prezzemolo tritato, ma sempre fuori dal fuoco: quindi si procede a disporre la pasta nei piatti.

Mantecare la pasta

Mantecare significa **rendere omogenea e cremosa una preparazione** attraverso l'azione meccanica e l'aggiunta di materie grasse.
La mantecatura di una pasta è sostanzialmente una **rifinitura al salto** che prevede l'aggiunta, al sugo o al condimento, di **burro** o **panna**, per ottenere un grado di legatura superiore. La quantità massima di materia grassa ammissibile a porzione non deve superare i 40 g. Per le salse a base di verdura, la quantità di grasso è minima ed è solitamente costituita dall'olio utilizzato per la cottura delle stesse. Per sughi a base di carne, salumi, pesci grassi o latticini, la quantità di materia grassa è data anche da quei grassi propri contenuti nell'alimento di partenza. In questo caso, nel realizzare la mantecatura occorrerà tenere conto di questa dose di grassi già presente, diminuire quindi la quantità di burro o di panna, aggiungendo semmai una maggiore quantità di acqua di cottura della pasta, così da permettere al burro o alla panna di distribuirsi uniformemente anche se presenti in minore quantità.

Per Questo e molto altro ancora ,visita...

http://le-journal-italienne.blogspot.com/

SALSE CALDE

La salsa di pomodoro

Appartiene al gruppo delle **salse madri**, assieme alla salsa besciamella, alla vellutata comune, alla vellutata di pesce e al fondo bruno legato. Sono chiamate grandi salse o salse madri perché da queste derivano quasi tutte le altre salse calde.
La salsa di pomodoro, a differenza delle altre, **non presenta una frazione amidacea**, **come farina o fecola**, nella sua composizione, e la legatura, o per meglio dire la consistenza, è data esclusivamente dalla polpa stessa del pomodoro.
Per quanto riguarda l'utilizzo di erbe aromatiche, grassi di cottura, tagli degli ortaggi, la salsa di pomodoro può presentarsi in svariate versioni, ma in quanto all'impiego del pomodoro se ne distinguono, in linea di massima, due ricette.

Salsa di pomodoro classica
Ingredienti per 4 persone

500 g di pomodori da sugo maturi oppure pelati
0,5 dl di olio extravergine di oliva
1 cipolla
1 carota
1 costa di sedano
5-6 foglie di basilico
sale

*
Alla salsa di pomodoro, almeno che non sia a crudo, si può poi aggiungere del burro o dell'olio di oliva al momento di condire la pasta e spolverare il tutto con pepe nero.

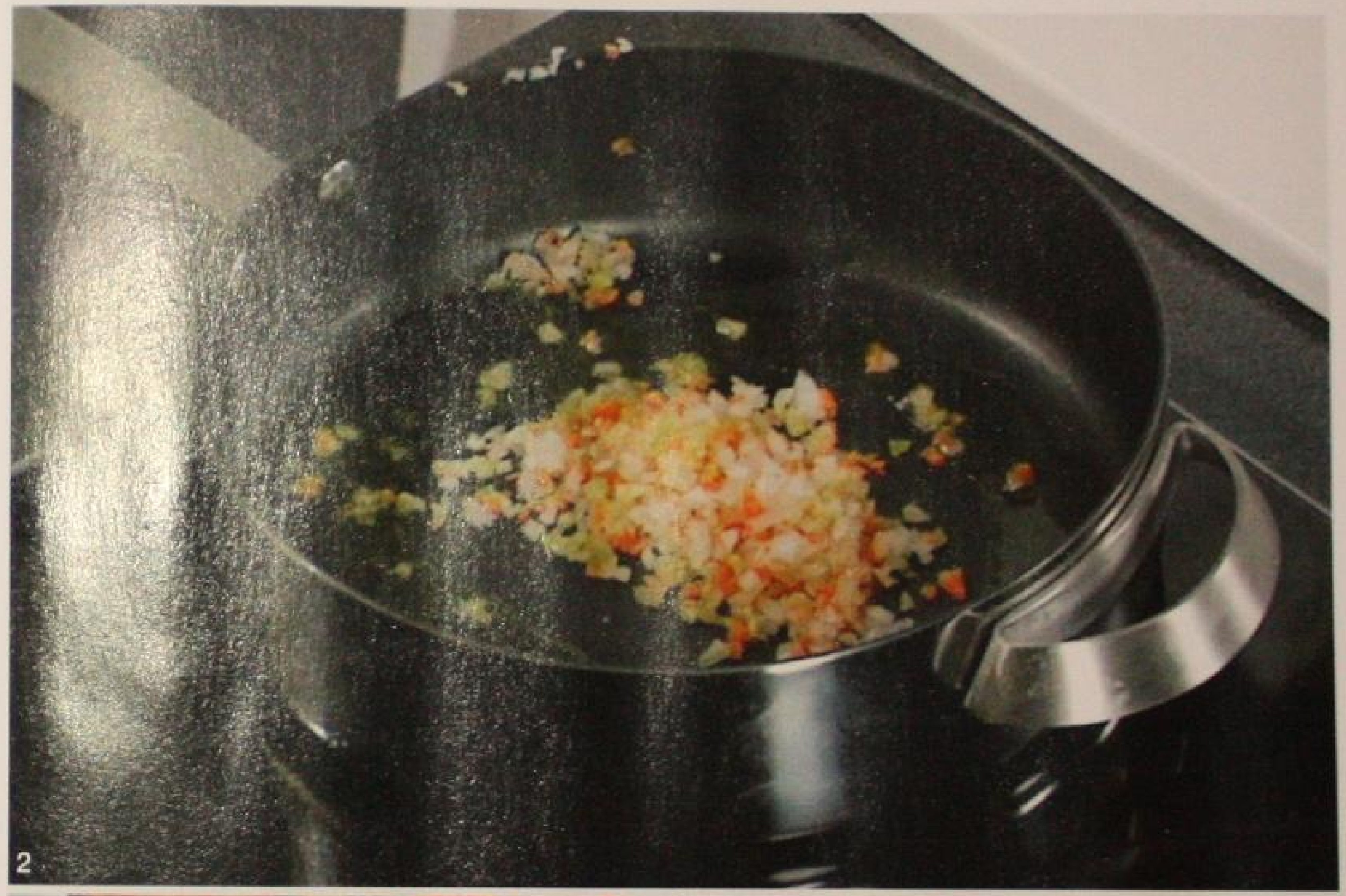
Salsa di pomodoro classica

- Passare i pomodori pelati con il passaverdura. Se invece si utilizzano i pomodori freschi, lavarli ed eliminarne il peduncolo, inciderli a croce e sbollentarli per pochi secondi. Scolarli, raffreddarli in acqua e ghiaccio e privarli della pelle; poi strizzarli per eliminare i semi e parte dell'acqua che contengono. Passarli infine al passaverdure (foto 1).
- In una padella o in un tegame, fare scaldare un filo di olio d'oliva.

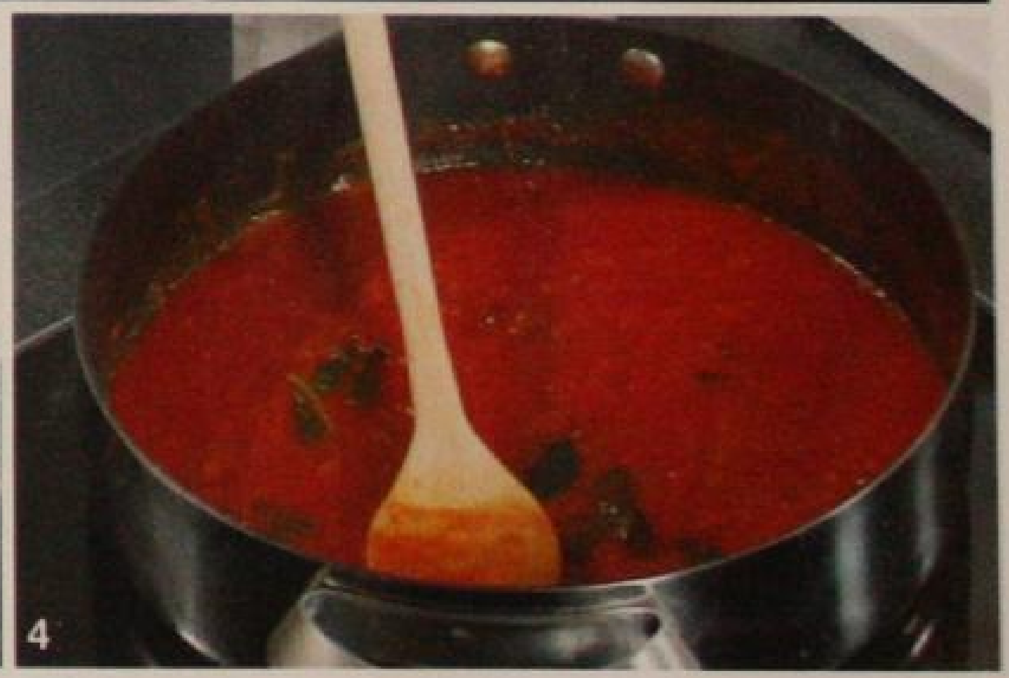
1

Preparare un trito molto sottile con sedano, carota e cipolla e aggiungerlo all'olio, lasciandolo soffriggere (foto 2).

- Nel frattempo, spezzare a mano alcune foglie di basilico fresco e aggiungerle alle verdure che stanno rosolando. Quando queste saranno dorate, aggiungere il pomodoro passato, mescolare, regolare di sale e portare a ebollizione (foto 3).
- Coprire con un coperchio e lasciare in cottura per 20 minuti. Trascorso questo tempo la salsa è pronta. C'è anche chi preferisce unire il basilico solo a fine cottura, per esaltarne la componente aromatica (foto 4).


2

3


4

Per Questo e molto altro ancora ,visita...

http://le-journal-italienne.blogspot.com/

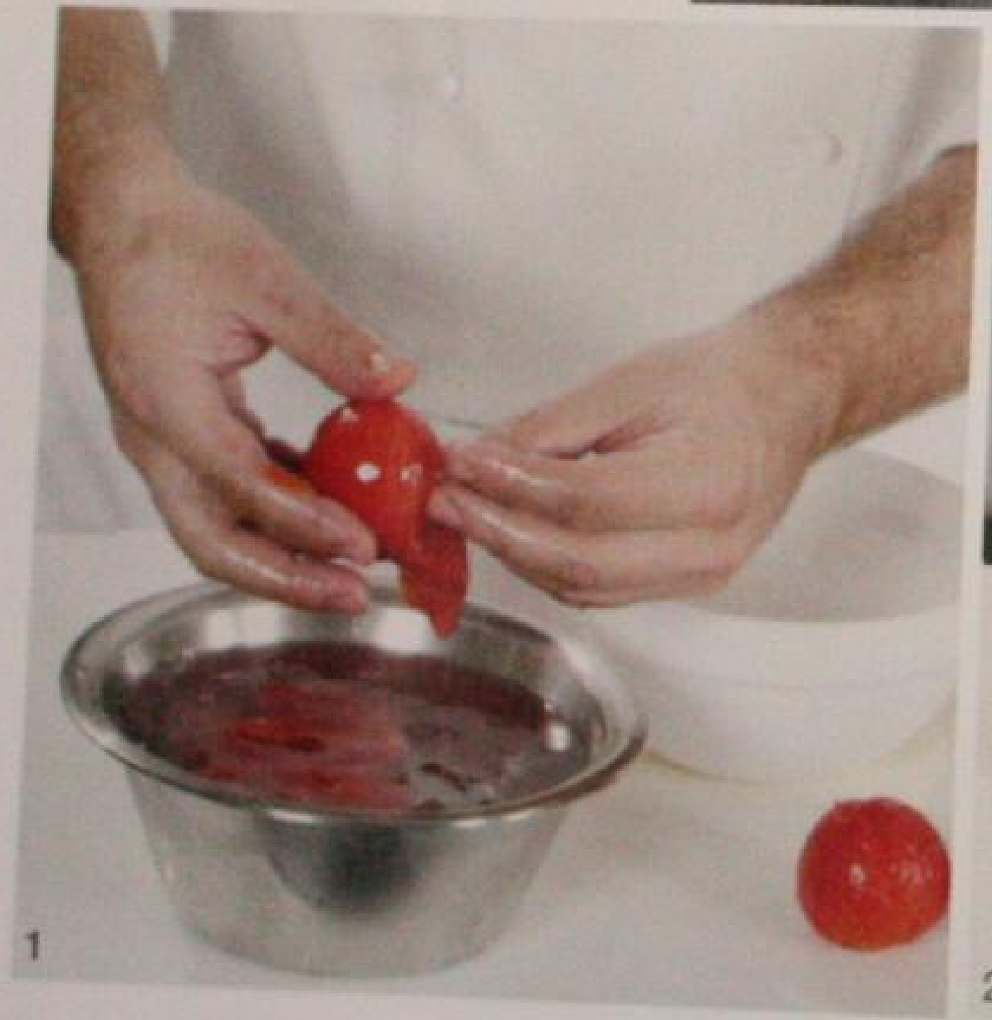
Salsa di pomodoro fresco

Ingredienti per 4 persone

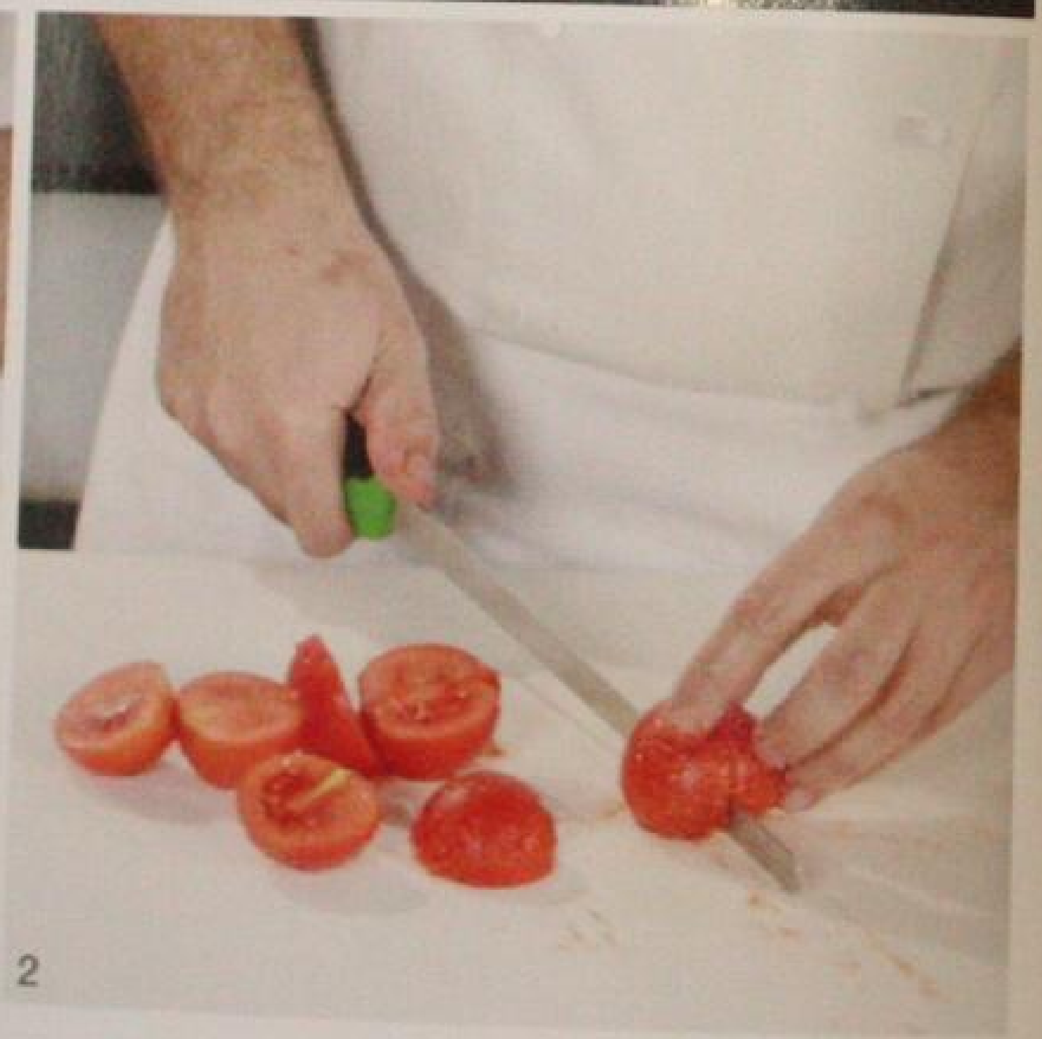
- 4 pomodori rossi maturi
- 1 spicchio di aglio
- 0,5 dl di olio extravergine di oliva
- 5-6 foglie di basilico
- sale
- pepe (facoltativo)

Salsa di pomodoro fresco

- Mettere dell'acqua a bollire. Praticare un'incisione a croce sui pomodori, immergerli nell'acqua che bolle per un minuto e poi in una bacinella con acqua e ghiaccio per raffreddarli e quindi privarli della buccia (foto 1).
- Dividere i pomodori in due parti o in spicchi, svuotarli dei semi e tagliarli a pezzetti (foto 2).
- Nel frattempo mettere una padella sul fuoco e, senza olio, aggiungere uno spicchio d'aglio tagliato a pezzi (foto 3).



1

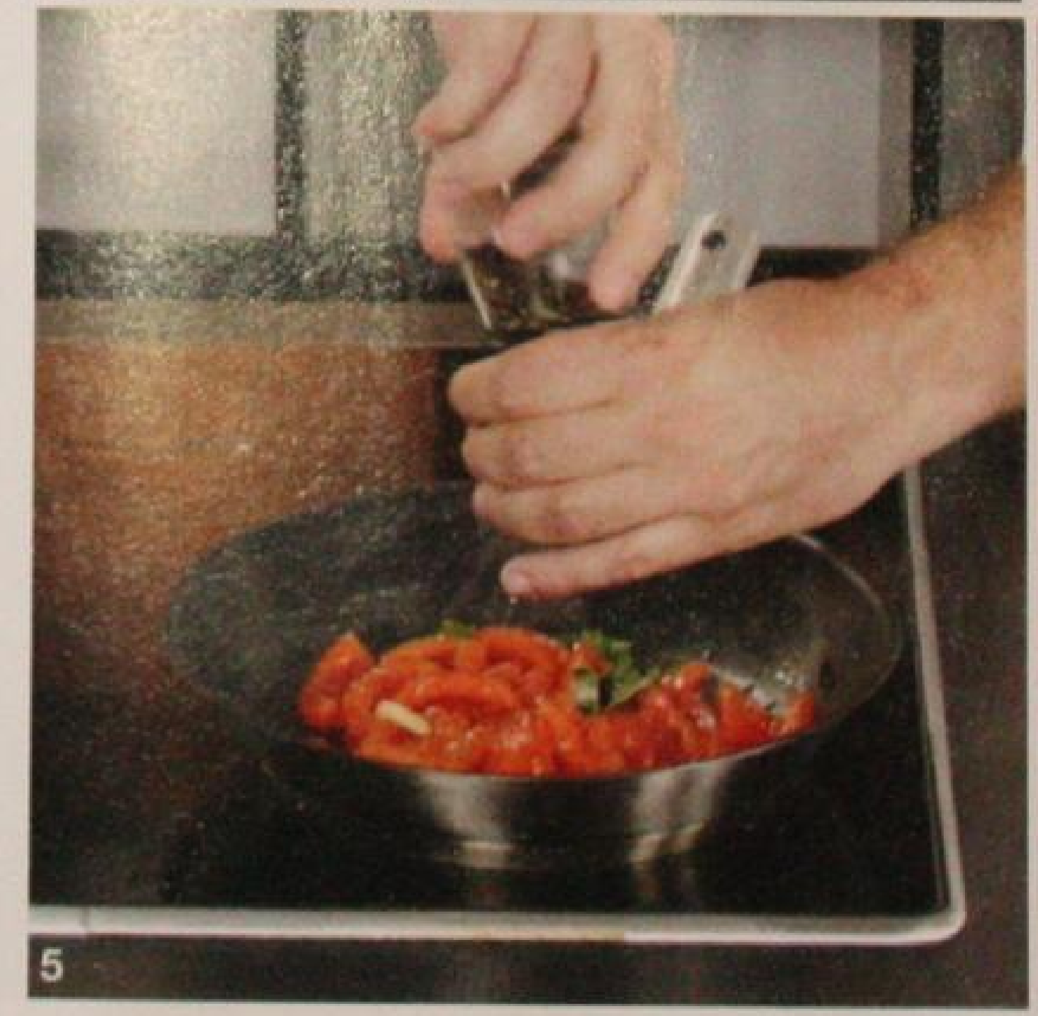


2

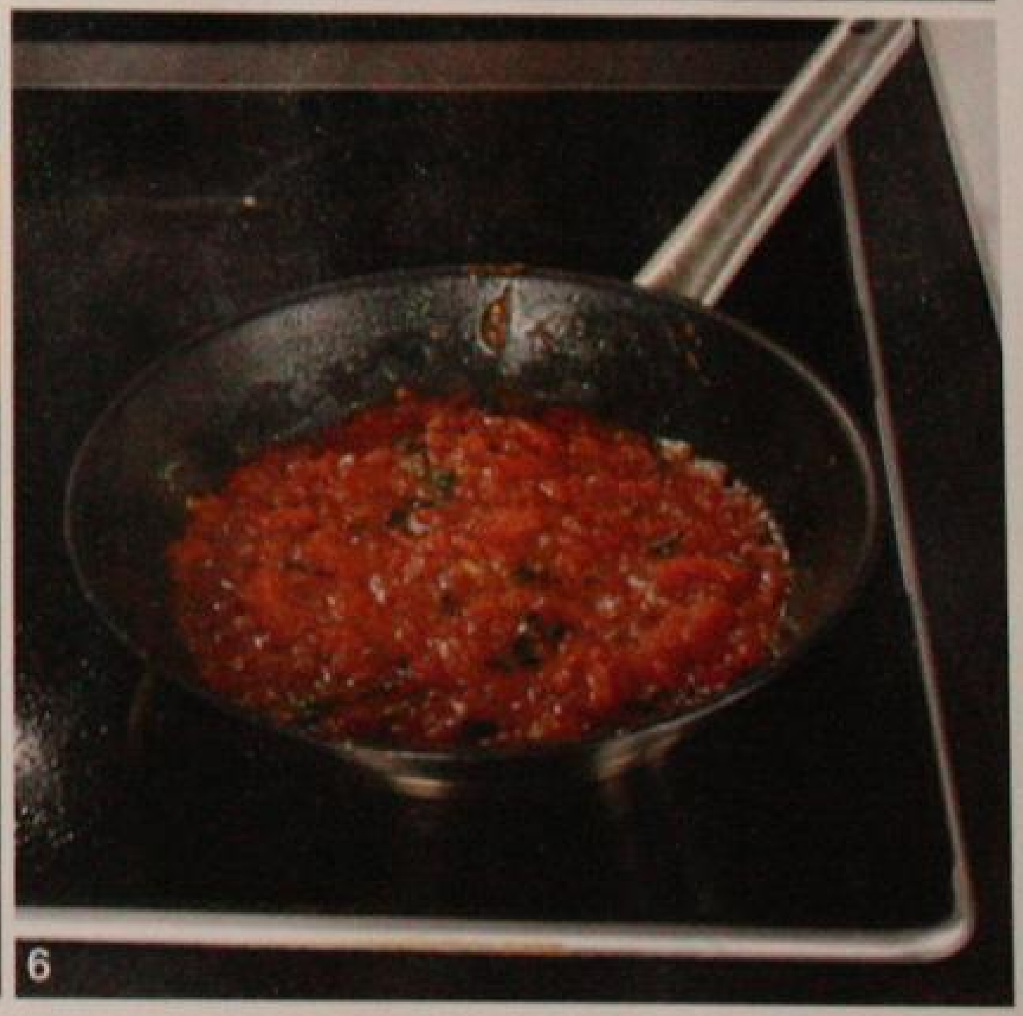
- Una volta finito di tagliare i pomodori, aggiungere l'olio nella padella, cosicché l'aglio inizi a friggere, unire i pomodori, abbassare la fiamma e iniziare a farli cuocere lentamente (foto 4).
- Sminuzzare con le mani qualche foglia di basilico fresco e aggiungerla al pomodoro che sta cuocendo (per un sentore più fresco del basilico, aggiungerlo a fine cottura). Regolare di sale e, se si vuole, di pepe (foto 5).
- Cuocere la salsa per circa 30-35 minuti (foto 6).

3

4



5



6

Per Questo e molto altro ancora ,visita...

http://le-journal-italienne.blogspot.com/

Salse classiche per condire la pasta secca

Questi sughi sono spesso realizzati con una **base di salsa di pomodoro**, come amatriciana, puttanesca, arrabbiata, o con **salumi**, ad esempio quando si prepara la salsa al prosciutto o il sugo alla salsiccia. Possono essere approntati anche con **formaggi**, **uova**, come nel caso della carbonara, o semplicemente con **olio** e qualche **verdura aromatica**, come nella famosa aglio, olio e peperoncino, insomma con ingredienti quasi sempre reperibili durante tutto l'anno.

Salse originarie di una precisa zona, tra i cui ingredienti figurano prodotti abbondanti e tipici del luogo d'origine, si sono poi diffuse su tutto il territorio nazionale, con variazioni da una regione all'altra, abbinate a formati di pasta diversi e arricchite di nuovi ingredienti. Si tratta in genere di salse gustose, saporite e di facile realizzazione; ricette storiche, ma che resistono al passare delle mode alimentari e al mutare dei gusti, risultando ancora oggi assai attuali e gradite.

Carbonara dello chef

- Mettere a cuocere gli spaghetti in acqua salata.
- Tagliare a cubetti il guanciale riducendolo prima a listarelle, e poi sminuzzandolo al coltello, sul tagliere; inserire la dadolata di guanciale in una padella calda sul fuoco e lasciarla rosolare, senza olio (foto 1).
- In una terrina rompere un uovo intero per ogni 80-100 g di pasta, sbatterlo senza farlo schiumare, aggiungere il pecorino romano grattugiato, il parmigiano e il pepe continuando a mescolare con la forchetta (foto 2).
- Togliere dal fuoco il guanciale quando è ben rosolato.
- Scolare la pasta al dente, conservando una parte dell'acqua di cottura.
- Rimettere la padella con il guanciale sul fuoco e aggiungervi gli spaghetti scolati facendoli ben insaporire (foto 3).

Carbonara dello chef
Ingredienti per 4 persone

350 g di spaghetti
120 g di guanciale o pancetta
4 uova
30 g di parmigiano grattugiato
30 g di pecorino romano grattugiato
sale
pepe

*

Questa variante proposta dal nostro chef tende ad esaltare il gusto del guanciale croccante e ad alleggerire il sapore dell'uovo grazie all'aggiunta dell'albume.

1

2

Per Questo e molto altro ancora ,visita...

http://le-journal-italienne.blogspot.com/

3

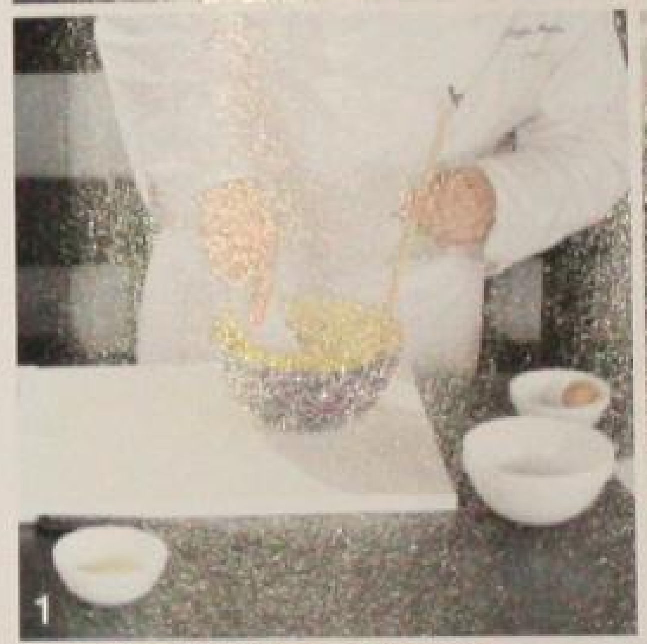
4

5

- Se la pasta risultasse troppo asciutta, utilizzare un po' dell'acqua di cottura per allentarla.
- Aggiungere nella padella a crudo, ovvero fuori dal fuoco, il preparato di uovo (foto 4).
- Mescolare con cura in modo che l'uovo si rapprenda leggermente e leghi bene gli spaghetti, quindi impiattare (foto 5).

Carbonara

- Mettere a cuocere gli spaghetti in acqua salata.
- In una terrina mettere i tuorli d'uovo, unire il pecorino grattugiato e abbondante pepe. Mescolare il tutto, ottenendo una crema piuttosto densa (foto 1).
- Scolare gli spaghetti al dente e unirli alla crema, quindi aggiungere il guanciale precedentemente cotto in padella e mescolare (foto 2).
- In pochi attimi l'uovo con il calore si cuocerà e la pasta diventerà cremosa. Impiattare e cospargere con una macinata di pepe (foto 3).


1

2

3

Carbonara
Ingredienti per 4 persone

350 g di spaghetti
150 g di guanciale
4 tuorli d'uovo
80 g di pecorino romano grattugiato
sale
pepe

*

Tra le varianti più frequentemente applicate: aggiunta di panna liquida alla preparazione a base di uova, sostituzione del pecorino con solo formaggio parmigiano, aggiunta di prezzemolo tritato, aggiunta di uno spicchio d'aglio insieme alla pancetta.

Per Questo e molto altro ancora ,visita...

http://le-journal-italienne.blogspot.com/

Per Questo e molto altro ancora ,visita...

http://le-journal-italienne.blogspot.com/

Amatriciana
Ingredienti per 4 persone

350 g di spaghetti o bucatini
400 g di salsa di pomodoro a pezzi
400 g di guanciale stagionato
0,5 dl di vino bianco
50 g di pecorino grattugiato
un peperoncino
sale
pepe

Amatriciana

Questa salsa tradizionale italiana è originaria di Amatrice, un paese del Reatino a cavallo tra Abruzzo e Lazio, da cui prende il nome.

- Mentre la pasta cuoce in acqua bollente salata, tagliare a listarelle il guanciale con un coltello e metterlo poi in una padella calda sul fuoco, senza olio (foto 1).
- Durante la cottura del guanciale prendere i pomodori, precedentemente spellati, e sminuzzarli al coltello (foto 2).
- Quando il guanciale è croccante, sfumarlo prima con del vino bianco

1

2

3

4

5

6

e aggiungere poi i pomodori nella stessa padella. Far cuocere per altri 4-5 minuti, poi spegnere il fuoco (foto 3).

- Sminuzzare un peperoncino, aggiungerlo al sugo in padella e scolare la pasta. Conservare sempre un po' di acqua di cottura (foto 4).
- Versare la pasta nella padella con il sugo e saltarla sul fuoco per 1 minuto (foto 5).
- A questo punto, aggiungere il pecorino grattugiato, oppure farlo in un secondo momento, dopo avere disposto la pasta sul piatto (foto 6).

* Esistono anche alcune varianti della salsa all'amatriciana: ad esempio, anche se nella ricetta originale non si trovano, vengono spesso impiegati aglio e cipolla.

Per Questo e molto altro ancora ,visita...

http://le-journal-italienne.blogspot.com/

Salse con le verdure

Tra le verdure, oltre al pomodoro, protagonista assoluto delle salse, tanti altri ortaggi possono degnamente accompagnare una pasta. Il trucco è scegliere gli ortaggi nella stagione appropriata e abbinarli al giusto formato di pasta. Gli ortaggi ci consentono di avere preparazioni sempre diverse al variare delle stagioni e di realizzare piatti semplici, non eccessivamente strutturati, ma **saporiti**, **aromatici** e soprattutto **leggeri**. È possibile così accontentare chi mangia con un occhio rivolto alla linea, senza tuttavia trascurare il gusto. La maggioranza dei sughi a base di verdura prevede una **base di aglio o di cipolla** o di entrambi, soffritti in olio o in burro, cui vengono generalmente aggiunte le verdure che caratterizzano la preparazione. È importante dunque che le verdure siano di stagione e quindi all'apice del loro sapore e della loro aromaticità, in modo da evitare che, alla fine, tutti i sughi siano più o meno simili come sapore. A un sugo alle verdure sono generalmente aggiunti altri ingredienti di accompagnamento, come **spezie** (ad esempio lo zafferano è spesso abbinato alle zucchine), oppure **erbe aromatiche**, **scorza di agrumi**, **legumi**, **formaggi**, **frutta secca** e anche **pesce**.

Salsa ai carciofi
Ingredienti per 4 persone

350 g di pasta (ad esempio penne)
4 carciofi
5 cucchiai di olio extravergine di oliva oppure 40 g di burro
1 spicchio di aglio
1 ciuffo di prezzemolo
1 limone
sale
pepe

Salsa ai carciofi

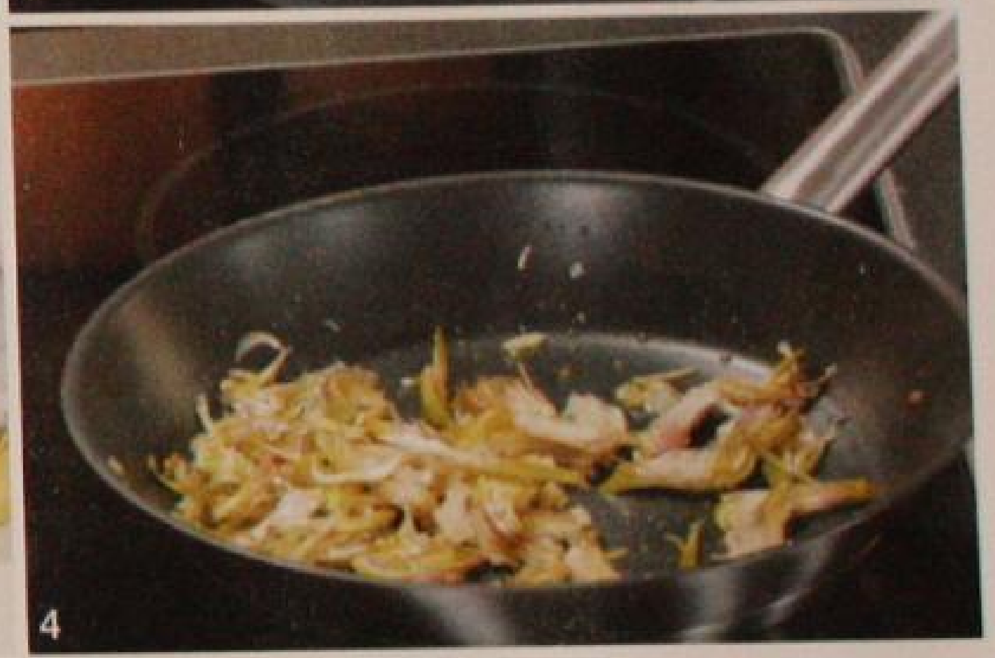
- Pulire i carciofi privandoli di parte del gambo, delle foglie esterne più dure e della sommità. Sagomarli conferendo loro una forma regolare eliminandone, al coltello, la cuticola esterna. Batterli sul tagliere per allargarne le foglie e immergerli in acqua e limone per non farli annerire (foto 1).
- Mentre la pasta cuoce in acqua bollente salata, schiacciare uno spicchio d'aglio privandolo della cuticola esterna, tritarlo al coltello e lasciarlo scottare in una padella ben calda con olio per pochi secondi; quindi togliere la padella dal fuoco (foto 2).

- Tagliare i carciofi a metà e privarli delle barbe interne, quindi rimettere la padella con l'aglio sul fuoco. Tagliare i carciofi a lamelle sottili e cuocerli nella padella a fuoco vivace (foto 3).
- Qualche cucchiaio di acqua di cottura della pasta nella padella può aiutare a stufare i carciofi (foto 4).
- Aggiungere del trito di prezzemolo e regolare di sale e pepe.
- Scolare la pasta al dente e saltarla in padella con il condimento di carciofi. Guarnire con prezzemolo tritato, scorza di limone tritata e servire (foto 5).

1

2

3


4

5

* Per questo piatto, meglio scegliere un formato di pasta corto, tipo penne. Tra le varianti: l'aggiunta di listarelle di pancetta al soffritto di aglio, l'aggiunta di un goccio di crema di latte per mantecare la pasta, o anche il soffritto con i porri.

Per Questo e molto altro ancora ,visita...

http://le-journal-italienne.blogspot.com/

Salse con il pesce

Questi sughi possono essere realizzati con infinite combinazioni di pesci, molluschi e crostacei, possono essere sostenuti da una base di pomodoro in salsa o a pezzi, oppure semplicemente realizzati in bianco. Ingredienti immancabili in queste preparazioni sono l'**aglio** e il **prezzemolo**, ma spesso compare anche il **peperoncino**.
La parola d'ordine è **semplicità negli ingredienti** e **rapidità di cottura**: al bando quindi ricette troppo elaborate e ricche, che spesso tendono a mascherare e coprire il sapore delicato del pesce.

Mollica di pane e acciughe
Ingredienti per 4 persone

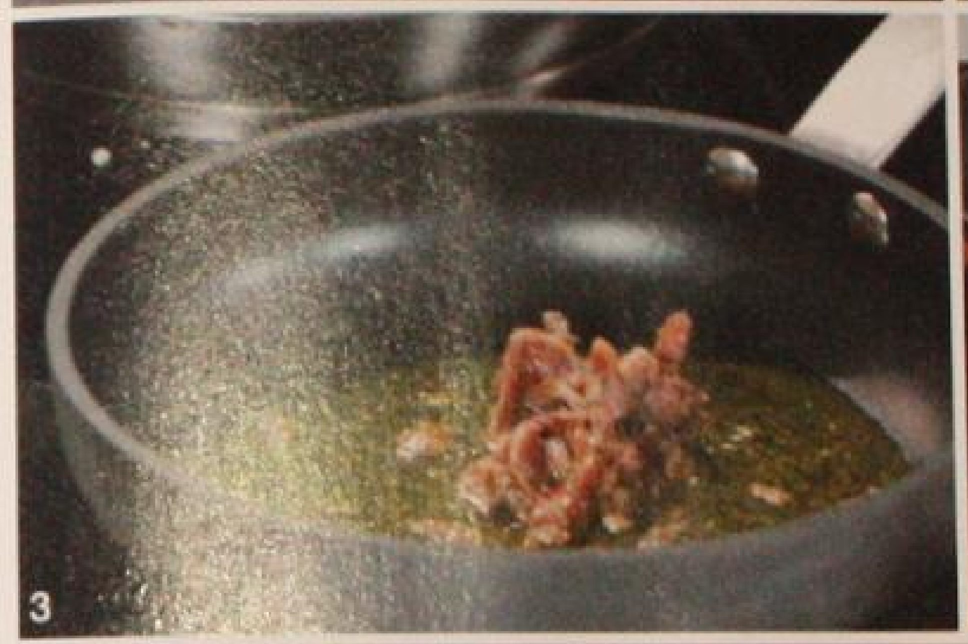
- 350 g di pasta (ad esempio tagliatelle)
- 8 acciughe private della lisca e spinate
- 0,5 dl di olio extravergine di oliva
- 3 spicchi di aglio
- 1 peperoncino fresco
- 1 ciuffo di prezzemolo
- 100 g di mollica di pane
- zafferano (per la guarnizione)

Mollica di pane e acciughe

- Sbucciare e schiacciare l'aglio, metterlo in una padella, sul fuoco, con olio extravergine di oliva (foto 1).
- In un'altra padella calda, tostare la mollica di pane, schiacciandola con un forchettone; nel frattempo procedere con la cottura della pasta in acqua bollente salata (foto 2).
- Togliere dal fuoco la mollica di pane e controllare la cottura dell'aglio; una volta ben imbiondito, estrarlo dalla padella.
- Prendere le acciughe e tritarle al coltello, aggiungerle all'olio nella padella e lasciarle cuocere finché non sono completamente sciolte (foto 3).
- Nel frattempo tritare il prezzemolo al coltello sul tagliere e aggiungerlo alle acciughe; scolare la pasta al dente e saltarla in padella con la salsa di acciughe aggiungendovi la mollica di pane tostata (foto 4).
- Servire nei piatti spolverando del peperoncino a crudo (foto 5).

1

2


3

4

5

Per Questo e molto altro ancora ,visita...

http://le-journal-italienne.blogspot.com/

Salse ai formaggi

Pasta e formaggio: sodalizio di lunga data, tanto da entrare nel linguaggio comune con l'espressione "sta come il cacio sui maccheroni" a indicare un buon connubio. Il formaggio può costituire l'ingrediente base di una salsa, come nel caso della pasta cacio e pepe, della pasta alla ricotta o di quella ai 4 formaggi. Nelle salse il formaggio può essere presente tal quale, aggiunto o semplicemente mescolato alla pasta, altrimenti può essere prima sciolto a bagnomaria o direttamente sulla fiamma in un goccio di latte o panna. I formaggi e i latticini in genere si prestano bene all'unione con le verdure, come nel caso di una classica pasta alla sorrentina, con i pomodori, o di un'altrettanto consolidata salsa al radicchio rosso e taleggio. Si sposano assai bene anche con la frutta secca e con le erbe aromatiche, come nella salsa di noci, o nei pesti in generale.

Salsa ai formaggi
Ingredienti per 4 persone

- 350 g di pasta (ad esempio fusilli)
- 2,5 dl di latte
- 70 g di gorgonzola
- 60 g di scamorza
- 70 g di fontina
- 4 cucchiai di pecorino grattugiato oppure 60 g di pecorino fresco
- sale
- pepe
- pomodori, olive nere, prezzemolo (per la guarnizione)

Salsa ai formaggi

- Tagliare i formaggi a cubetti, scaldare il latte in una padella ben calda quindi aggiungervi i dadi di formaggio, il sale e del pepe.
- Cuocere la pasta in acqua bollente salata. Una volta che i formaggi saranno completamente fusi, controllare la pasta.
- Scolare la pasta al dente, conservando un po' d'acqua di cottura e versarla nella padella insieme ai formaggi (foto 1).
- Saltare la pasta nella padella insieme al formaggio fuso, sul fuoco, per farla tirare (foto 2).
- Impiattare, aggiungere il pecorino e decorare, volendo, con bucce di pomodoro asciugate al forno, olive nere e prezzemolo tritato (foto 3).

1

2

3

Per Questo e molto altro ancora ,visita...

http://le-journal-italienne.blogspot.com/

SALSE FREDDE

La realizzazione delle salse fredde non prevede la cottura degli ingredienti, i quali vanno infatti mescolati fuori dal fuoco alla pasta cotta e scolata, senza il passaggio in padella. Sono fredde tutte quelle salse con erbe aromatiche che temono la cottura, come il pesto di basilico, ma anche tutte quelle varianti di "pesto" in cui l'ingrediente principale si vuole crudo per preservarne l'aroma e il sapore tipico (pesto di valeriana, pesto al verde di zucchine). È proprio questa infatti la caratteristica che si ricerca in queste salse: un sapore intatto, in alcun modo alterato anche da una cottura parziale. Per questa ragione è indispensabile l'utilizzo di ingredienti di prima scelta, saporiti e nel pieno della loro stagionalità.

Ad esempio il pomodoro e la mozzarella, sono due ingredienti assai ricorrenti nelle salse calde per la pasta, nelle versioni al forno o nelle paste ripiene, ma danno risultati completamente diversi e assai gustosi anche quando utilizzati a crudo come nella ricetta della pasta alla sorrentina.

Salsa di pomodoro concassé
Ingredienti per 4 persone

500 g di pomodori freschi da sugo
0,5 dl di olio extravergine di oliva
5-6 foglie di basilico
sale
pepe

Salsa di pomodoro concassé

- Aggiungere del ghiaccio in una bacinella con l'acqua.
- Privare i pomodori della parte del picciolo, e inciderne la superficie con un taglio a croce. Sbollentarli, dopodiché estrarli e immergerli immediatamente nell'acqua e ghiaccio: lo shock termico renderà più agevole la rimozione della buccia (foto 1).
- Dopo l'eliminazione della buccia, tagliare a metà i pomodori e togliere loro i semi con l'aiuto o di un cucchiaino o di uno scavino (foto 2).
- Una volta che i pomodori saranno completamente scolati e asciutti, procedere con il coltello tagliandoli a listarelle prima in un senso e poi trasversalmente, in modo da ottenere una sorta di dadolata. A questo punto il taglio a concassé è pronto (foto 3).
- Aggiungere olio, basilico, sale e pepe per ottenere la salsa fredda.

- Qualora volessimo preparare una passata di pomodoro, non resterà che inserire la dadolata in un passaverdura e procedere alla passata. Si avrà così una salsa liscia, priva di semi e di cuticole (foto 4).

Se si vuole cucinare una salsa concassé calda, in una padella rosolare l'aglio schiacciato con l'olio e, quando inizia a dorare, aggiungere del basilico spezzato a mano. Unire subito i pomodori e cuocere per un paio di minuti a fuoco molto alto. Regolare di sale a piacere e aggiungere ancora un po' di basilico.

1

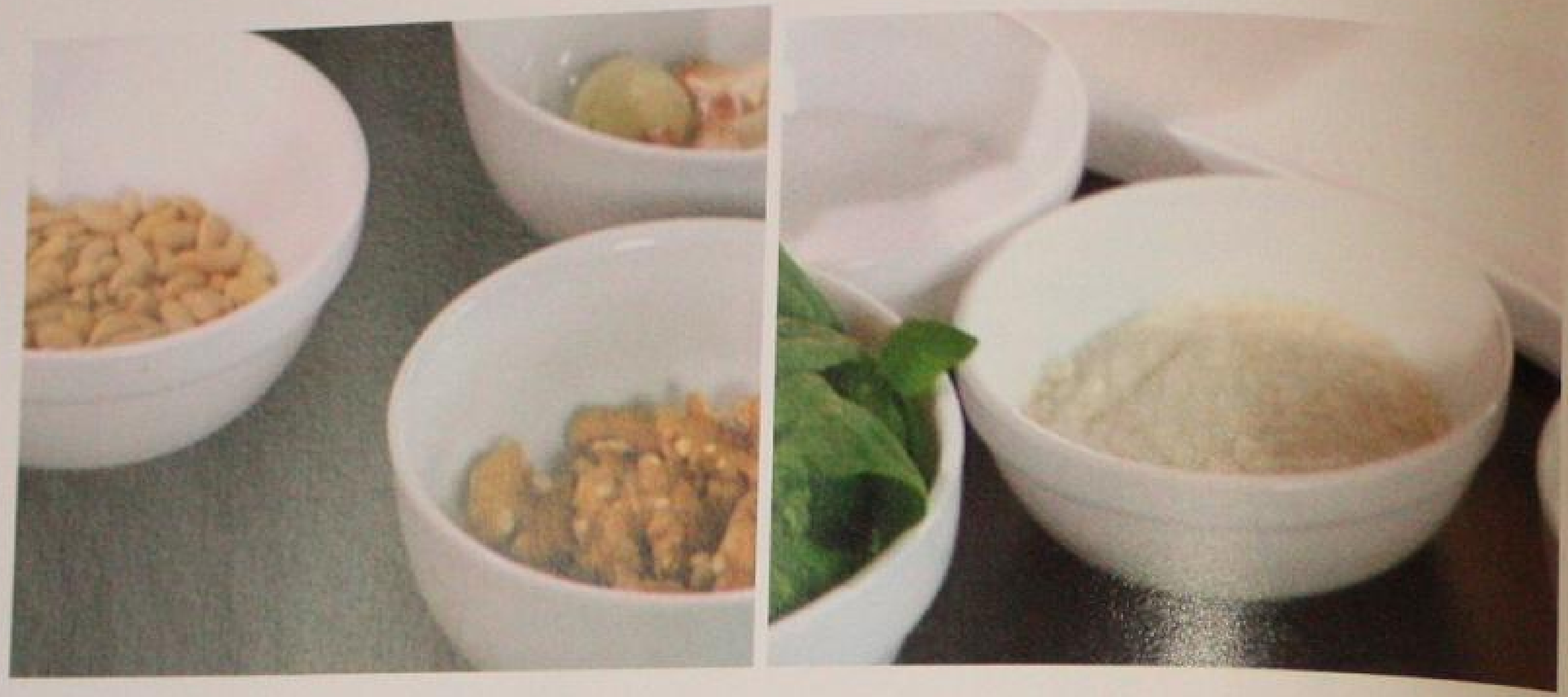
2

3

4

Per Questo e molto altro ancora ,visita...

http://le-journal-italienne.blogspot.com/



Pesto genovese
Ingredienti per 4 persone

350 g di pasta (ad esempio trenette, trofie, linguine)
50 g di foglie di basilico
2 dl di olio extravergine di oliva
50 g di pinoli sgusciati
20 g di pecorino sardo grattugiato
40 g di parmigiano grattugiato
1 spicchio di aglio
sale
patate (facoltative)
fagiolini (facoltativi)
noci (facoltative)

*

Non sempre facile da trovarsi, il basilico ligure è caratterizzato da una foglia piccola, dall'assoluta assenza di sentore di menta e dal profumo intenso. Diverso il basilico napoletano, dalla foglia larga e forte aroma di menta.

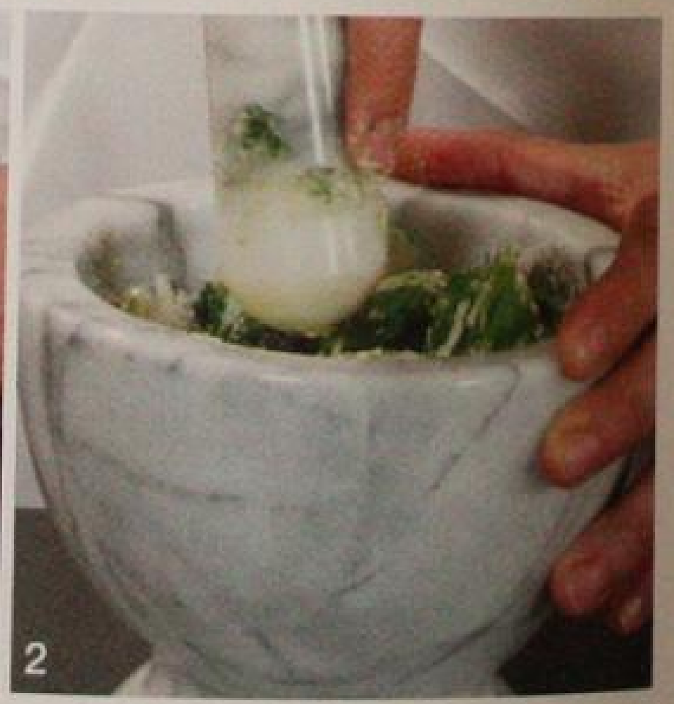
Pesto genovese

Salsa ligure per eccellenza, viene tradizionalmente preparata in un mortaio di marmo in cui si riducono a crema gli ingredienti.

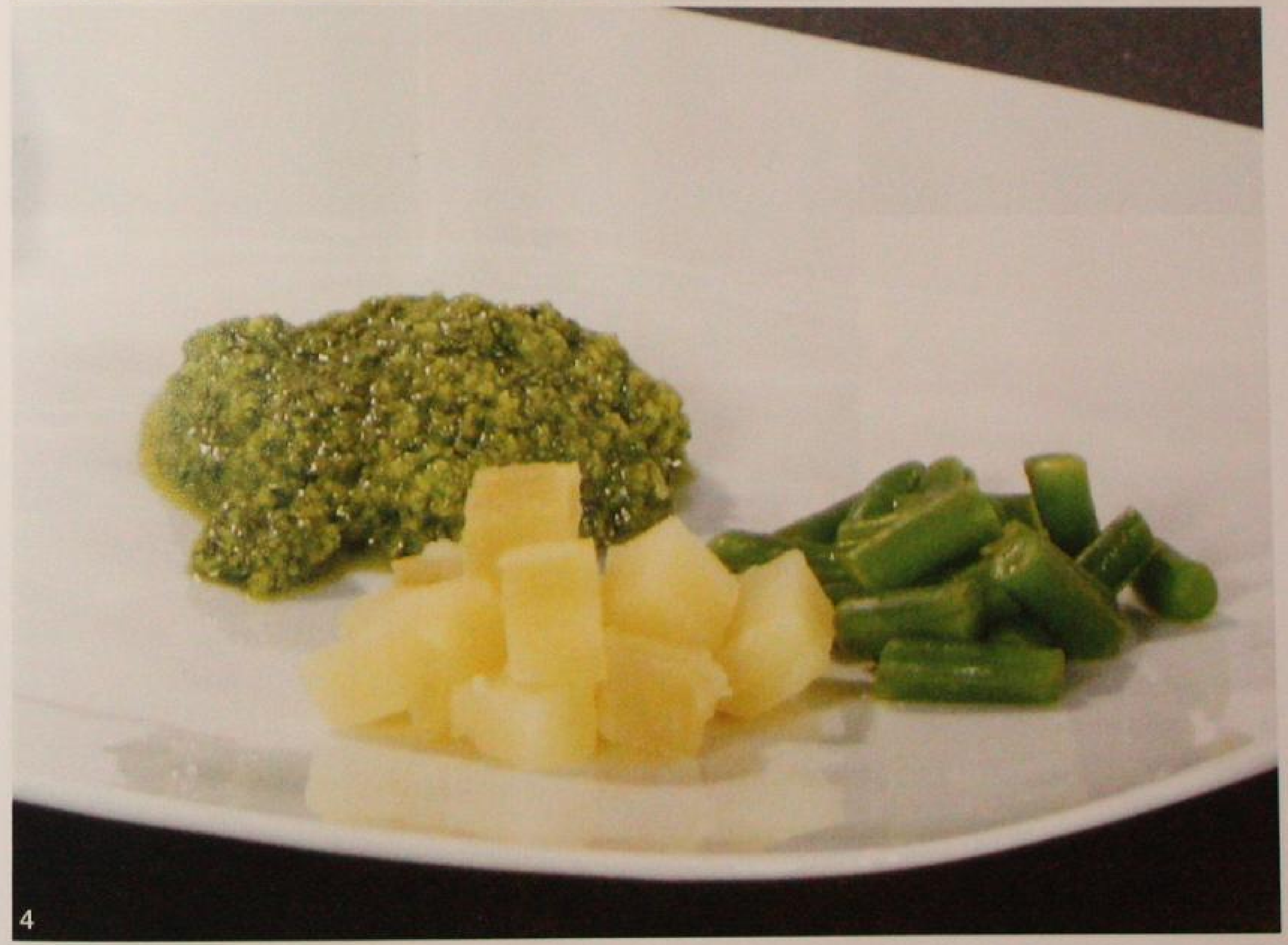
- Dopo averle ben lavate e asciugate, iniziare a pestare le foglie di basilico nel mortaio in marmo (foto 1).
- Aggiungere i pinoli e, continuando a pestare, unire lentamente aglio, pecorino e parmigiano (foto 2).
- Lavorando energicamente di pestello ridurre il tutto a un trito molto sottile; aggiungere poco sale e l'olio necessario a raggiungere la giusta consistenza della salsa, che dovrà presentarsi come una crema. A questo punto il pesto è pronto (foto 3).
- Mescolare quindi il pesto alla pasta (trenette, trofie, linguine), aggiungendo eventualmente un mestolo di acqua di cottura per ammorbidire la salsa.

Una delle molte varianti di questa salsa consiste nell'incorporare, assieme ai pinoli, anche delle noci. Altra variante è il "pesto avvantaggiato", cioè la pasta condita con la salsa al pesto, ma cotta nell'acqua assieme a patate e fagiolini, portati a cottura e scolati insieme alla pasta. In questo caso è possibile utilizzare questi ultimi come guarnizione e accompagnamento del piatto. Una volta scolata la pasta, basta tagliare la patata a cubetti e i fagiolini a pezzetti, poi unirli al pesto (foto 4).

1


2

3


4

*

In alternativa al mortaio è possibile usare un mixer a immersione avendo l'accortezza di frullare l'olio prima di aggiungere i formaggi per evitare che questi si sciolgano col calore della lama.

Per Questo e molto altro ancora ,visita...

http://le-journal-italienne.blogspot.com/

Pesto alla siciliana
Ingredienti per 4 persone

350 g di pasta (ad esempio linguine o reginette)
300 g di pomodori maturi
1 mazzetto di basilico
4 spicchi di aglio
50 g di mandorle pelate e tostate
olio extravergine di oliva
sale
pecorino grattugiato, bucce di pomodoro, foglie di basilico (per la guarnizione)

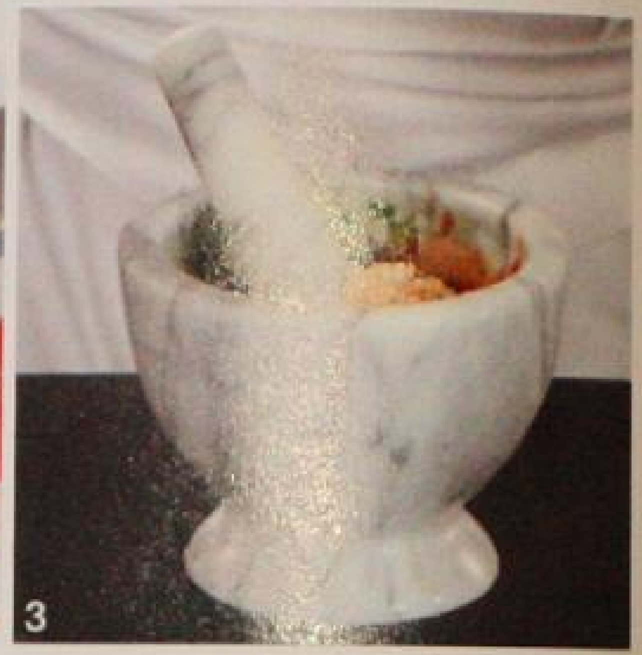
Pesto alla siciliana

Anche questo tipo di pesto viene lavorato con mortaio e pestello in marmo.

- Prendere le mandorle tostate in forno e tritarle energicamente al mortaio. Estrarre il trito ottenuto e tenerlo da parte. Pestare nel mortaio del sale, l'aglio e il basilico (foto 1).
- Prendere i pomodori in precedenza sbollentati in acqua e privati della buccia, tagliarli a concassé ed eliminarne i semi qualora fossero troppi (foto 2).
- Aggiungere nel mortaio abbondante olio, versarvi i pomodori e continuare a pestare fino a ottenere una crema abbastanza liquida. Aggiungere successivamente le mandorle tritate in precedenza (foto 3).
- Mischiare il tutto amalgamandolo: la salsa è pronta (foto 4).

1

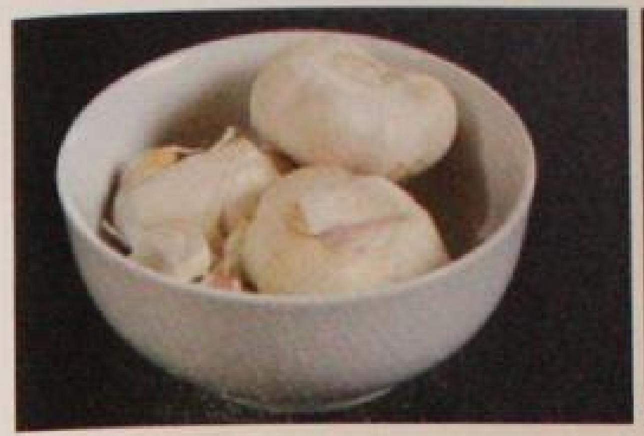
2


3

4

*

Come guarnizione, accostare a una cucchiaiata di pesto un paio di foglie di basilico fritto e un paio di bucce di pomodoro essiccate al forno; spolverare quindi con del pecorino grattugiato.



Salsa ai peperoni

- Tagliare molto sottilmente i peperoni a cubettini, precedentemente cotti in forno e spellati (foto 1).
- Pulire uno spicchio d'aglio e tagliarlo al coltello ottenendo un trito grossolano; tritare sempre al coltello dei filetti di acciuga, dei capperi, e infine del peperoncino, che verrà unito ai capperi (foto 2).
- Prendere la pasta, precedentemente lessata in acqua bollente salata, raffreddarla sotto l'acqua fredda, condire con olio extravergine di oliva, e collocarla in un contenitore abbastanza capiente; aggiungervi gli ingredienti già preparati, regolare di sale e mescolare bene (foto 3).
- Impiattare e aggiungere un filo d'olio. Per la guarnizione del piatto da portata conservare un po' di peperoni da unire a qualche foglia di prezzemolo fresco e a qualche cappero (foto 4).

Salsa ai peperoni
Ingredienti per 4 persone

350 g di pasta corta
mezzo peperone verde
mezzo peperone giallo
mezzo peperone rosso
4 filetti di acciughe
0,5 dl di olio extravergine di oliva
1 cucchiaino di capperi
1 spicchio di aglio
1 peperoncino fresco
sale
prezzemolo (per la guarnizione)

1

2

3

4

Per Questo e molto altro ancora ,visita...

http://le-journal-italienne.blogspot.com/

PASTE GRATINATE

La gratinatura della pasta è il passaggio di questa, dopo la normale cottura in acqua, in **forno** o sotto il **grill**, per farle assumere la caratteristica **crosta dorata e croccante**. La procedura è diversa a seconda che si tratti di pasta secca ripiena, pasticci, timballi, con presenza di besciamelle o salse derivate. Nonostante la varietà di preparazioni, alcune **norme** sono valide in ogni caso:

- cuocere la pasta non troppo al dente, altrimenti nella successiva cottura assorbe troppo sugo;
- conservare parte dell'acqua di cottura da usare, se necessario, per diluire il sugo o la salsa;
- imburrare bene il recipiente da porre in forno;
- cospargere la superficie della pasta con parmigiano o altro formaggio, pangrattato, burro a fiocchi o fuso, per ottenere la doratura e lo strato croccante;
- pulire il contenitore da forno da eventuali sbavature perché tendono a bruciarsi facilmente;
- se la preparazione prevede l'uso di besciamella o altre salse derivate, lasciarla riposare per qualche minuto prima di tagliarla e servirla, affinché la salsa possa un po' rapprendersi e venga raggiunta la consistenza adeguata.

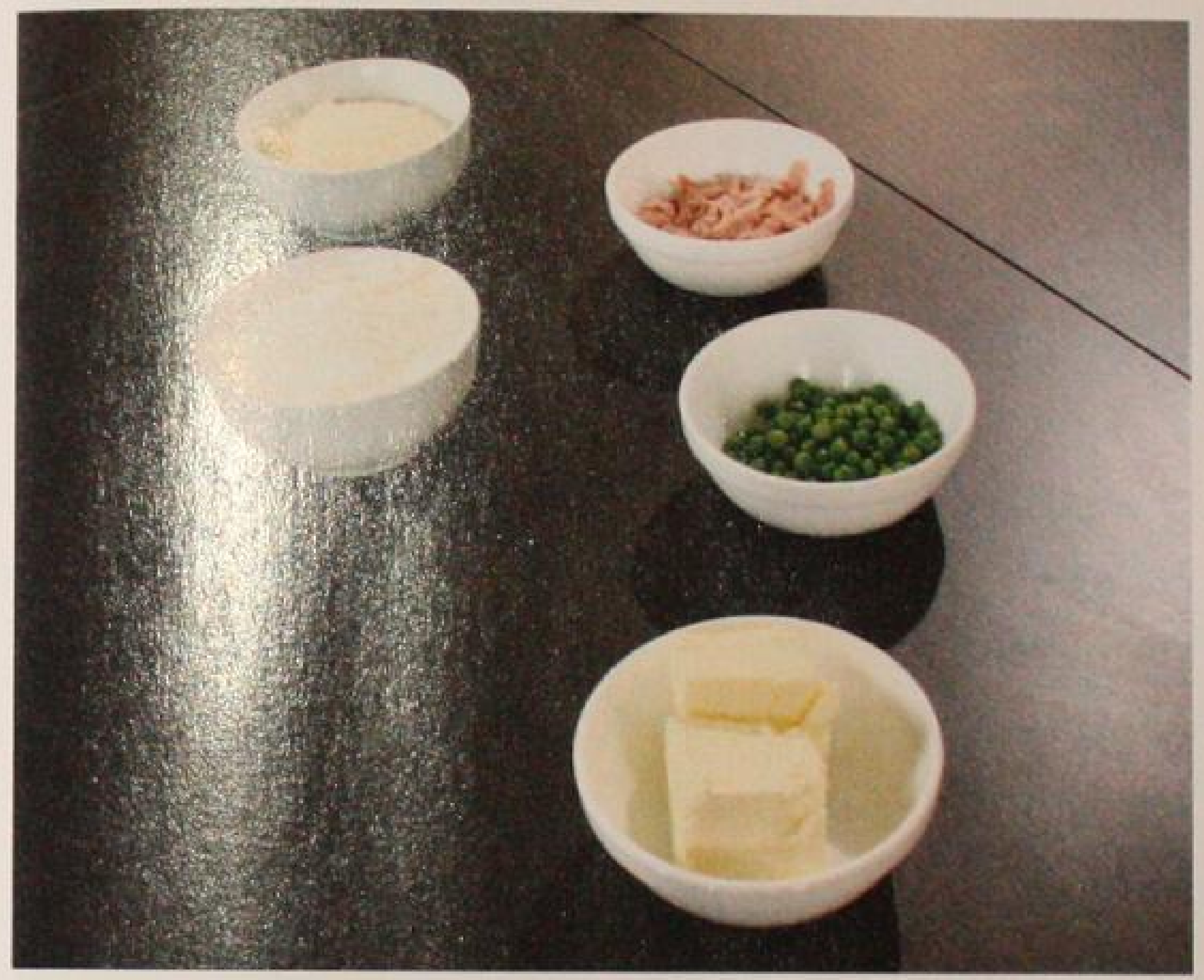
Pasta al gratin

- Portare a cottura la pasta, scolarla al dente, aggiungere un filo d'olio e lasciarla raffreddare.
- Procedere con la preparazione di una besciamella abbastanza liquida: sciogliere del burro in un pentolino, aggiungere la farina, mescolando regolarmente sul fuoco, così da ottenere il roux (foto 1).
- In un altro pentolino scaldare del latte aggiungendovi della noce moscata e un pizzico di sale. Una volta che il latte ha raggiunto il bollore, aggiungerlo al burro fuso e alla farina nell'altro pentolino; mescolare bene e far cuocere per una decina di minuti (foto 2).

Pasta al gratin
Ingredienti per 4 persone

350 g di pasta (ad esempio conchiglie)
200 g di piselli
2 fette di prosciutto cotto tagliate alte
1 dl di latte
40 g di parmigiano
60 g di scamorza
0,5 dl di olio extravergine di oliva
1 spicchio di aglio
1 cipollotto fresco
25 g di burro per gratinare
noce moscata
sale

Per la besciamella
80 g di burro
50 g di farina
5 dl di latte
noce moscata



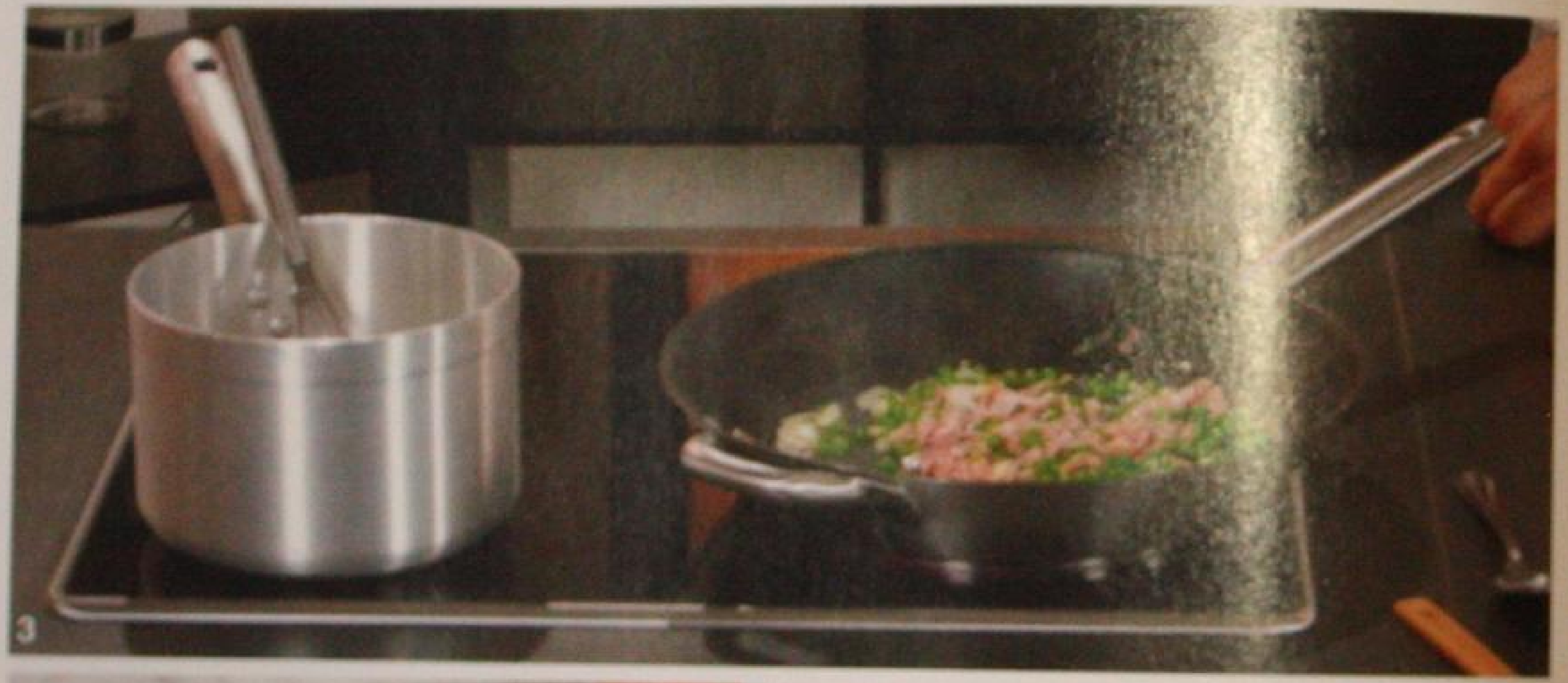
1

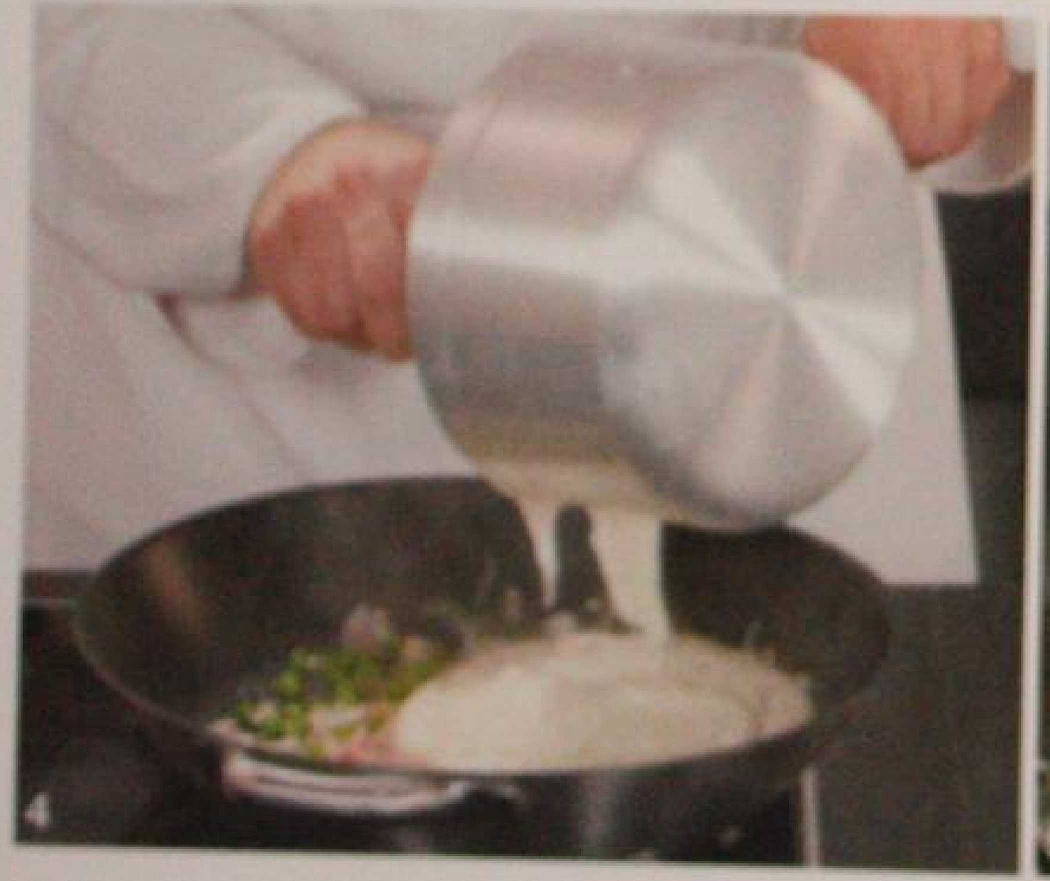
2

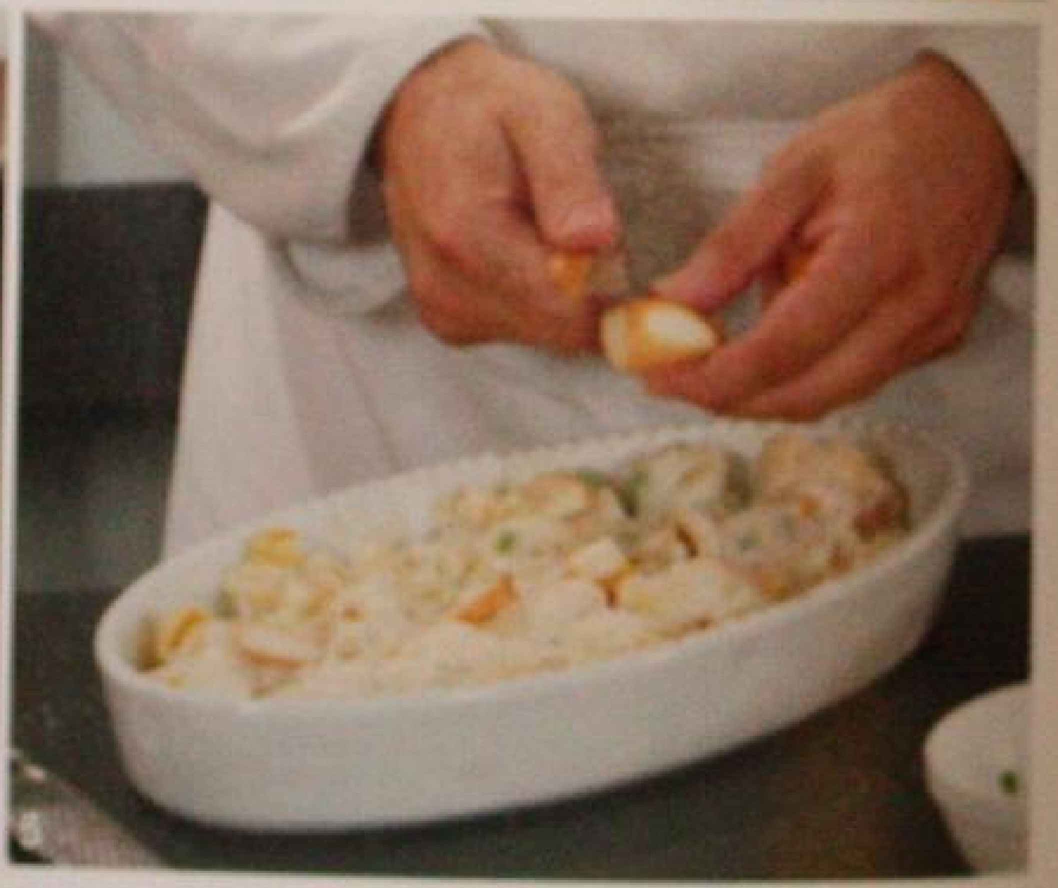
Per Questo e molto altro ancora ,visita...

http://le-journal-italienne.blogspot.com/

- Sminuzzare al coltello uno spicchio d'aglio e un cipollotto fresco e metterli in una padella calda sul fuoco con olio; aggiungere i piselli, sbollentati in precedenza, e il prosciutto cotto a pezzettini, aggiustare di sale e pepe (foto 3).
- Amalgamare tutti gli ingredienti con la besciamella mescolando e facendo insaporire il tutto (foto 4).
- Aggiungere la pasta alla salsa in padella e mantecare velocemente.
- A questo punto prendere una pirofila da forno, ungerne le pareti con l'olio, per non far attaccare la pasta ai bordi, adagiarvi la pasta con il suo condimento di besciamella, aggiungere del parmigiano, dei pezzetti di scamorza e qualche fiocco di burro (foto 5).
- Infornare a 170°C e lasciare cuocere per circa 15 minuti: la pasta al gratin sarà pronta quando la sua superficie sarà ben dorata e gratinata a puntino.


3


4


5

I timballi

Il timballo è una **preparazione solitamente ricca e complessa**, ma di grande effetto scenografico e impatto gustativo. La parola "timballo" deriva dall'arabo *atabal*, strumento a percussione simile a un tamburo, la cui forma ricorda i tipici stampi tronco-conici in cui vengono generalmente preparati i timballi.

Possono essere realizzati con **tipi di pasta diversi**, corti o lunghi, arricchiti di **ingredienti vari**, ma sempre **legati da una salsa densa** e confezionati negli stampi rivestiti di fette di salumi, ortaggi, pasta sfoglia o altra pasta, oppure privi di involucro, cotti direttamente in forno, in modo che gli stessi ingredienti che costituiscono il piatto formino una crosta, simile a quella di un sartù.

Dopo la cottura in forno si servono sformati, in monoporzioni o da tagliare.

Per Questo e molto altro ancora ,visita...

http://le-journal-italienne.blogspot.com/

Timballo di maccheroni
Ingredienti per 4/6 persone

2 sfoglie di pasta brisée
(300 g di pasta brisée)
300 g di maccheroni
100 g di parmigiano grattugiato

Per le polpettine
150 g di carne di manzo macinata
30 g di pane raffermo
1 dl di latte
1 spicchio di aglio
1 uovo
30 g di parmigiano
5 dl di olio di semi per friggere
1 cucchiaio di erbe aromatiche tritate (rosmarino, salvia, timo)
scorza di limone tritata (facoltativa)
sale

Per la salsa
500 g di polpa di pomodoro
200 g di piselli
150 g di salsiccia
50 g di pancetta
20 g di funghi freschi
100 g di Grana Padano
1 cipolla
2 spicchi di aglio
1 dl di olio extravergine di oliva
sale
pepe

Timballo di maccheroni

Salsa

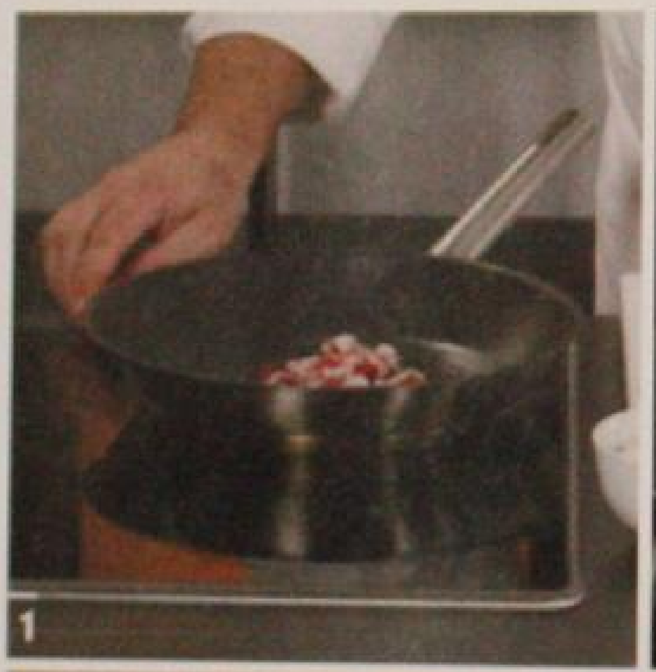
- Scaldare dell'olio sul fuoco in una padella, affettare della pancetta al coltello e farla rosolare con del trito di cipolla, quindi versare la salsa di pomodoro, regolare di pepe e lasciare continuare la cottura a fuoco lento (foto 1).
- In una seconda padella, scaldare dell'olio, qualche spicchio d'aglio e qualche fungo fresco tagliato a fettine. Aggiungere i piselli sbollentati in acqua calda e quindi anche la salsiccia, privata della sua pelle (foto 2).

Polpettine (è consigliabile preparare in anticipo l'impasto da utilizzare durante la ricetta)

- Mescolare la carne macinata, le spezie, il pane ammorbidito in poco latte, l'uovo, il formaggio, il sale e formare delle piccole palline (foto 3).
- Friggere le polpettine in abbondante olio bollente e lasciarle scolare dall'olio (foto 4).

Maccheroni

- Cuocere i maccheroni e condirli con olio.
- Mettere della carta da forno sul piano di lavoro, ungerla leggermente di olio e stendervi la pasta brisée col mattarello, fino a ottenere una sfoglia abbastanza sottile.


1

2

3

4

5

- Inserire l'impasto in una pirofila da forno tagliando con il dorso del coltello la pasta in eccesso dai bordi, che verrà utilizzata per formare poi il coperchio del timballo (foto 5).
- Mescolare i maccheroni con il sugo di pomodoro in una terrina, regolare di sale e versarli nella pirofila con la pasta brisée (foto 6).
- Aggiungere del parmigiano grattugiato, i funghi e i piselli (avendo cura di eliminare l'aglio), le polpettine fritte, dei fiocchetti di burro e ancora formaggio grattugiato (foto 7).
- A questo punto procedere con la creazione del coperchio di pasta brisée: stendere la sfoglia sagomandola della dimensione della pirofila in modo che ne ricopra completamente il contenuto; unirla ai bordi con la pasta con cui è stata foderata la pirofila in precedenza, cercando di sigillarla completamente (foto 8).
- Praticare quindi un foro al centro del coperchio per permettere ai vapori della cottura di fuoriuscire (foto 9).
- Infornare a 160°C per 40 minuti, quindi servire (foto 10).

6

7

8

9

10

Per Questo e molto altro ancora ,visita...

http://le-journal-italienne.blogspot.com/

ALTRE RICETTE

Pasta con salsa di pomodoro a pezzi

Ingredienti per 4 persone
350 g di pasta
1 kg di pomodori da sugo maturi
0,2 dl di olio extravergine di oliva
1 ciuffo di basilico
1 spicchio di aglio
sale
50 g di cipolla (facoltativa)
1 cucchiaino di zucchero (facoltativo)
Preparazione e cottura: 20 minuti

- Lavare e sbollentare i pomodori.
- Dopo averli privati della buccia, tagliarli in 4 spicchi e privarli dell'acqua e dei semi. Tagliarli a filetti o a dadini.
- Versare l'olio in una casseruola e far imbiondire l'aglio semplicemente schiacciato (eventualmente anche la cipolla). Se si opta per non utilizzare la cipolla, può convenire raddoppiare la dose di aglio.
- Togliere l'aglio e aggiungere i pomodori, il basilico e il sale.
- Cuocere a fuoco vivace per 5-6 minuti. L'utilizzo dello zucchero è consigliabile se la salsa risultasse un po' aspra.
- Scolare la pasta e condirla con la salsa e un filo d'olio a crudo.

Pasta con salsa al prosciutto

Ingredienti per 4 persone
350 g di pasta
400 g di salsa di pomodoro classica (vedi p. 16)
100 g di prosciutto di Parma
0,5 dl di vino bianco secco
25 g di burro
30 g di scalogno
1 spicchio di aglio
sale
pepe
Preparazione e cottura: 15 minuti

- In una casseruola far appassire lo scalogno tritato con il burro, quindi unire l'aglio, che tradizionalmente viene tritato, altrimenti si può aggiungere intero e poi rimuoverlo.
- Far imbiondire l'aglio, quindi aggiungere il prosciutto tagliato a cubetti o a listarelle, far rosolare per 1 o 2 minuti, sfumare con il vino bianco, lasciare evaporare e unire la salsa di pomodoro.
- Cuocere per 4-5 minuti e aggiustare di sapore con sale e pepe.
- Scolare la pasta al dente e saltarla velocemente in padella con la salsa. Servire con pepe macinato al momento.

Pasta alla puttanesca

Ingredienti per 4 persone
350 g di pasta
440 g di salsa di pomodoro a pezzi, passata
100 g di olive nere denocciolate
2 acciughe dissalate
50 g di capperi dissalati
1 dl di olio extravergine di oliva
1 peperoncino fresco
1 spicchio di aglio
sale
pepe
Preparazione e cottura: 15 minuti

- Rosolare nell'olio l'aglio tagliato a fettine, il peperoncino fresco a rondelle e le acciughe dissalate, affinché si sciolgano.
- Unire quindi i capperi, le olive nere e la salsa di pomodoro. Cuocere per 5-6 minuti e aggiustare di sapore.
- Scolare la pasta al dente (350 g di spaghetti o altra pasta) e saltarla velocemente in padella con la salsa.
- Impiattare e servire in tavola.

*

Se non è indicato il formato di pasta da utilizzare, è divertente sperimentare qualsiasi tipo di pasta secondo i propri gusti e la propria fantasia.

Pasta all'arrabbiata

Ingredienti per 4 persone
350 g di pasta
600 g di pomodori maturi da sugo
2 dl di olio extravergine di oliva
40 g di cipolla rossa
2 spicchi di aglio
1 ciuffo di prezzemolo tritato
1 peperoncino
sale
Preparazione e cottura: 25 minuti

- Sbollentare i pomodori, privarli della pelle, dei semi e dell'acqua di vegetazione; tagliare la polpa grossolanamente.
- Tritare aglio e cipolla separatamente.
- Far imbiondire la cipolla con l'olio, quindi aggiungere l'aglio e il peperoncino sbriciolato, lasciare cuocere pochi istanti, quindi unire la polpa di pomodoro e salare. Cuocere per 15-20 minuti.
- Cuocere la pasta in abbondante acqua salata, scolarla al dente e passarla velocemente in padella con la salsa preparata, cospargendo di prezzemolo fresco tritato.

*

Molte possono essere le varianti della salsa all'arrabbiata; il termine indica genericamente una salsa con presenza di peperoncino, caratterizzata dal sapore piccante, forte e deciso.

Spaghetti aglio olio e peperoncino

Ingredienti per 4 persone
350 g di spaghetti
2 spicchi di aglio
1 peperoncino
4-5 cucchiai di olio extravergine di oliva
prezzemolo
sale
Preparazione e cottura: 10 minuti

- Lavare il prezzemolo e tritarlo. Sbucciare l'aglio e tagliarlo a lamelle; farlo imbiondire in olio a fuoco dolce e regolare di sale.
- Quando l'aglio ha raggiunto la doratura, ma senza bruciarlo, aggiungere il peperoncino sbriciolato e il prezzemolo, quindi unire un mestolo di acqua di cottura della pasta, per frenare la cottura dell'aglio e del prezzemolo e per salare la salsa.
- Scolare gli spaghetti al dente e condirli immediatamente con l'olio aromatizzato in zuppiere o piatti precedentemente scaldati.

Pasta con salsa di noci

Ingredienti per 4 persone
350 g di pasta
100 g di gherigli di noce
1 spicchio di aglio
2 fette di pancarré o l'equivalente peso in mollica di pane
1 dl di latte
25 g di ricotta
25 g di mascarpone (o anche gorgonzola dolce)
2 cucchiai di panna
1 cucchiaio di parmigiano grattugiato
sale
pepe
Preparazione e cottura: 15 minuti

- Scottare le noci in acqua bollente e privarle della pellicina.
- Frullarle nel mixer, lasciandone intere 4 per la decorazione, con lo spicchio di aglio, il pane ammollato nel latte, la panna, la ricotta e il mascarpone.
- Regolare di sale e pepe e aggiungere un cucchiaio di parmigiano.
- Cuocere la pasta in acqua salata, scolarla al dente e mescolarla alla salsa diluendola con poca acqua di cottura. Servire con pepe macinato al momento e i gherigli di noce.

Pasta alla norma

Ingredienti per 4 persone
350 g di pasta (preferibilmente pennette rigate)
500 g di pomodori maturi
2 melanzane lunghe (circa 400 g)
500 g di sale grosso
100 g di ricotta salata infornata
2 spicchi di aglio
1 mazzetto di basilico
1 dl di olio extravergine di oliva
5 dl di olio per friggere
sale
pepe
Preparazione e cottura: 1 ora e 20 minuti

Per Questo e molto altro ancora ,visita...

http://le-journal-italienne.blogspot.com/

Le melanzane sono le protagoniste di questo piatto, perciò vanno preparate con attenzione.

- Innanzitutto vanno private del retrogusto amaro che potrebbe evidenziarsi dopo la cottura: a questo scopo, tagliare le melanzane a fettine rotonde dello spessore di 2-3 mm.
- Disporle quindi a strati in uno scolapasta, alternandole con sale grosso e applicandovi sopra un peso.
- Lasciarle riposare per circa un'ora coperte. Il sale attirerà l'acqua di vegetazione dalla melanzana verso l'esterno e, per effetto del peso, l'acqua verrà più facilmente espulsa dai fori dello scolapasta.
- Nel frattempo lavare i pomodori, sbollentarli e privarli della buccia, tagliarli in quarti e strizzarli leggermente, per eliminare l'acqua e parte dei semi.
- Tritare grossolanamente i pomodori con un coltello e unirli alla casseruola, in cui sono stati fatti dorare in olio gli spicchi di aglio sbucciati e schiacciati.
- Unire anche il basilico, spezzettato con le mani, sale e pepe e lasciare cuocere a fuoco moderato per 15 minuti.
- Sciacquare bene le fette di melanzana per eliminare il sale in eccesso e asciugarle con carta assorbente.
- In una padella adeguata scaldare abbondante olio per friggere e immergervi le fettine di melanzana, poche alla volta in modo che non si sovrappongano.
- Nel frattempo, cuocere la pasta in abbondante acqua salata, scolarla e mescolarla alla salsa.
- Versare la rimanente salsa sopra la pasta, coprirla con le fettine di melanzana appena fritte, che devono risultare dorate e croccanti, e cospargere di ricotta grattugiata. Servire subito.

*

La ricotta salata infornata è un formaggio siciliano, prodotto soprattutto nella provincia di Messina, nato per poter conservare un formaggio assai deperibile come la ricotta. Ha una forma cilindrica, con la crosta esterna sottile e tipicamente "a buccia d'arancia", come le ricotte fresche. La pasta è leggermente friabile e può essere bianco-avorio oppure più scura se è stata sottoposta a più passaggi in forno.

Conchiglie primavera

Ingredienti per 4 persone

350 g di pasta
150 g di piselli
200 g di punte di asparagi
80 g di prosciutto crudo
1 pomodoro rosso
50 g di burro
25 g di pinoli
sale
pepe
Preparazione e cottura: 25 minuti

- Lessare i pinoli e le punte di asparagi in acqua salata per 2 minuti e scolarli.
- In una padella fondere il burro e rosolarvi il prosciutto tagliato a listarelle.
- Sbollentare il pomodoro, privarlo della buccia e dei semi e tagliarlo a concassé.
- Aggiungere al prosciutto soffritto i piselli sbollentati per qualche minuto, gli asparagi e il pomodoro e regolare di sale.
- Scolare la pasta al dente, saltarla velocemente in padella e servirla con pepe macinato al momento e pinoli tostati.

Pasta con le sarde

Ingredienti per 4 persone

350 g di pasta (ad esempio bucatini o perciatelli)
300 g di sarde fresche
200 g di finocchietto selvatico
2 acciughe sotto sale
1 cucchiaio di pinoli
1 cucchiaio di uvetta
mezza cipolla
zafferano
1,5 dl di olio extravergine di oliva
sale
pepe
pangrattato (per la gratinatura)
Preparazione e cottura: 35 minuti

- Lessare in acqua abbondante salata il finocchietto per circa 10 minuti. Scolarlo, senza gettare l'acqua di cottura, strizzarlo e tritarlo finemente.
- Pulire le sarde, privarle della testa e della lisca, lasciando i due filetti attaccati. Lavarle e asciugarle.
- In una padella rosolare in 6 cucchiai di olio la cipolla tritata e le acciughe dissalate e senza lisca.
- Quando la cipolla è appassita unire il finocchietto, i pinoli, l'uvetta precedentemente ammorbidita in acqua tiepida, sale e pepe.
- Allungare con un po' di acqua di cottura del finocchietto, in cui si farà sciogliere un pizzico di zafferano, aggiungere le sarde e far cuocere dolcemente per 10 minuti, senza girare.
- Cuocere la pasta nell'acqua di cottura del finocchietto e scolarla al dente. Condirla a strati con il sugo di sarde.
- Prima di servirla, farla riposare per qualche minuto, o anche cospargerne la superficie di pangrattato e far gratinare in forno per pochi minuti. Può essere consumata anche fredda.

Spaghetti allo scoglio

Ingredienti per 4 persone

350 g di spaghetti
300 g di pomodori pelati o pomodori maturi spellati e privati dei semi
1 calamaro
1 seppia
300 g di gamberi
500 g di cozze
mezzo bicchiere di vino bianco
2 spicchi di aglio
1 dl di olio extravergine di oliva
1 mazzetto di prezzemolo
1 peperoncino
sale
Preparazione e cottura: 30 minuti

- Pulire la seppia, privandola dell'osso, degli occhi, della pelle e delle interiora; pulire il calamaro privandolo della pelle e delle interiora, asportare il guscio dai gamberi e privarli del filo nero interno.
- Ridurre i molluschi a pezzetti.
- Raschiare le cozze privandole della barba, lavarle e farle aprire in padella con il vino e un po' di prezzemolo tritato. Sgusciarle e filtrare il liquido di cottura.
- In un tegame far rosolare l'aglio e il peperoncino, quindi aggiungere i pezzi di seppia, gamberi e calamaro e cuocere per 2-3 minuti.
- Toglierli dal tegame con un mestolo forato e nel fondo di cottura far cuocere i pomodori per 7-8 minuti, salandoli.
- Aggiungere i molluschi e i gamberi e cuocere ancora per 1 minuto.
- Aggiungere al sugo la pasta scolata al dente, saltarla brevemente e servirla con prezzemolo tritato.

Farfalle al pesto aromatico

Ingredienti per 4 persone

350 g di pasta (preferibilmente farfalle)
20 mandorle pelate
120 g di formaggio caprino fresco
1 spicchio di aglio piccolo
1 mazzetto di erbe aromatiche miste: basilico, maggiorana, erba cipollina, timo, mentuccia, coriandolo
1 dl di olio extravergine di oliva
sale
pepe
Preparazione e cottura: 15 minuti

- Lavare le erbe aromatiche, asciugarle e tritarle al mixer insieme alle mandorle.
- Unire il formaggio, l'olio versato a filo e ridurre in crema; regolare di sale.
- Cuocere la pasta e scolarla al dente. Condirla con parte della salsa.
- Distribuirla nei piatti e versare sopra la rimanente salsa. Spolverare con pepe macinato.

Pasta al pesto delle Lipari

Ingredienti per 4 persone

350 g di pasta (preferibilmente fusilli)
25 g di mandorle spellate
25 g di pinoli
25 g di gherigli di noce
5-6 pomodori San Marzano o pomodori rossi sodi
1 spicchio di aglio
6 foglie di menta
1 pezzetto di peperoncino fresco
sale
Preparazione e cottura: 15 minuti

- Sbollentare i pomodori e privarli della buccia e dei semi.
- Frullare la frutta secca con l'aglio e il peperoncino, fino a ottenere un composto fine e omogeneo.
- Aggiungere l'olio, i pomodori, la menta e il sale. Frullare ancora per pochi secondi, fino a ottenere una consistenza omogenea.
- Scolare la pasta al dente e condirla con il pesto così ottenuto.

Per Questo e molto altro ancora ,visita...

http://le-journal-italienne.blogspot.com/

Pasta alla sorrentina

Ingredienti per 4 persone
350 g di pasta (ad esempio maccheroni)
2-3 pomodori San Marzano ben maturi
1 mazzetto di basilico
300 g di mozzarella fiordilatte
0,5 dl di olio extravergine di oliva
origano
sale
pepe
Preparazione e cottura: 20 minuti

- Tagliare i pomodori a dadini e spezzettare le foglie di basilico con le mani.
- Tagliare la mozzarella a pezzetti e se necessario farla sgrondare dal latticello, lasciandola per una decina di minuti in un colino.
- Riunire gli ingredienti in una zuppiera, condire con olio extravergine di oliva, sale e pepe, e lasciare riposare per circa un'ora.
- Cuocere la pasta e scolarla al dente. Condirla con il sugo preparato e servirla spolverando con origano.

Pasta con la bottarga

Ingredienti per 4 persone
400 g di pasta (ad esempio spaghetti)
100 g di bottarga di muggine
1 spicchio di aglio
1 dl di olio extravergine di oliva
prezzemolo
pepe
Preparazione e cottura: 10 minuti

- Spellare l'aglio, schiacciarlo e farlo dorare nell'olio.
- Grattugiare la bottarga e versarne 70 g nell'olio, facendola sciogliere dolcemente senza farla friggere.
- Aggiungere il prezzemolo tritato e spegnere il fuoco.
- Cuocere la pasta in acqua salata e scolarla al dente.
- Togliere l'aglio dalla salsa e unire la pasta al composto di bottarga nella padella.
- Servire nei piatti spolverando con la bottarga grattugiata rimanente. Profumare con pepe a piacere.

★

Le alternative possono prevedere l'utilizzo di burro al posto dell'olio, la bottarga tagliata a lamelle invece che grattugiata, la pasta saltata in padella con olio e aglio e la sola aggiunta di bottarga a crudo.

Pasta al nero di seppia

Ingredienti per 4 persone
350 g di pasta (ad esempio linguine)
3 seppie di media grandezza (circa 600 g)
1 cipolla dorata
1 cucchiaio di concentrato di pomodoro
mezzo bicchiere di vino bianco
4-5 cucchiai di olio extravergine di oliva
sale
Preparazione e cottura: 35 minuti

- Pulire accuratamente le seppie, recuperando la vescichetta con il nero, facendo attenzione a non romperla.
- Lavare le seppie e tagliarle a listarelle.
- Sbucciare la cipolla e tagliarla fine. Soffriggerla in olio per qualche minuto, aggiungere un po' d'acqua e proseguire la cottura per 5-6 minuti.
- Aggiungere le seppie, alzare leggermente il fuoco e sfumare con il vino bianco.
- Versare il pomodoro diluito con dell'acqua calda e far cuocere per circa 15 minuti, fino a che le seppie non saranno tenere; eventualmente aggiustare di sale.
- Unire le vescichette con l'inchiostro, schiacciandole con una forchetta direttamente nella padella.
- Cuocere la pasta in abbondante acqua salata e scolarla al dente. Versarla nella padella e saltarla brevemente a fuoco vivace. Servire immediatamente.

Ziti gratinati

Ingredienti per 4 persone
350 g di ziti
500 g di pomodori maturi
1 spicchio di aglio
1 cipolla dorata
0,5 dl di olio extravergine di oliva
1 ciuffo di basilico
2 rametti di timo fresco
1 peperoncino secco sbriciolato
350 g di mozzarella di bufala
40 g di provolone grattugiato
30 g di burro
olive nere
sale
pepe
Preparazione e cottura: 40 minuti

- Sbollentare i pomodori, privarli della buccia e tagliarli a fette piuttosto fini.
- Sbucciare la cipolla e affettarla fine. Sbucciare l'aglio e schiacciarlo. Rosolare entrambi in olio e unire il peperoncino sbriciolato. Far andare per qualche minuto e aggiungere i pomodori. Lasciare cuocere ancora per 5 minuti.
- Salare e pepare e aggiungere il basilico, il timo e le olive nere.
- Cuocere gli ziti e scolarli, mescolarli alla salsa di pomodoro, unendo un filo di olio.
- Tagliare la mozzarella a pezzetti e se necessario farla sgrondare dal latticello, lasciandola per una decina di minuti in un colino, dopodiché unirla agli ziti.
- Imburrare una teglia da forno e distribuirvi la pasta. Spolverare con il provolone grattugiato e mettere in forno preriscaldato a 200°C per circa 10-15 minuti.

Spaghetti con le vongole

Ingredienti per 4 persone
350 g di spaghetti
700 g di vongole
1 spicchio di aglio
1 mazzetto di prezzemolo
1 peperoncino
1 dl di olio extravergine di oliva
sale
Preparazione e cottura: 1 ora e 25 minuti

- Spurgare le vongole in acqua fredda e sale per almeno 1 ora. Sciacquarle e farle aprire sul fuoco.
- Appena si schiudono trasferirle in una ciotola, filtrare l'acqua di cottura e conservarla.
- Rosolare l'aglio schiacciato nell'olio, aggiungere il peperoncino tritato, quindi il prezzemolo.
- Unire subito l'acqua di cottura delle vongole e farla ritirare un po'. Aggiustare di sale.
- Cuocere la pasta in acqua salata e scolarla al dente, versarla nella padella con la salsa e unire anche le vongole.
- Far saltare per 1-2 minuti e servire con altro prezzemolo fresco tritato.

Sedani al forno

Ingredienti per 4 persone
350 g di sedani
400 g di spinaci
1 dl di latte
1 dl di panna fresca
300 g di robiola
30 g di burro
1 spicchio di aglio
noce moscata
50 g di mollica di pane
30 g di pecorino grattugiato
scorza di 1 limone
timo fresco
sale
pepe
Preparazione e cottura: 40 minuti

- Lessare brevemente gli spinaci in acqua salata, scolarli, raffreddarli e strizzarli.
- Frullare gli spinaci con la robiola, il latte, la panna, la noce moscata e un pizzico di pepe. Regolare di sale.
- Tritare al mixer la mollica di pane, mescolarla con la scorza di limone grattugiata, le foglioline di timo e il pecorino grattugiato.
- Lessare la pasta e scolarla al dente. Mescolarla alla crema di spinaci.
- Imburrare una teglia da forno e versarvi la pasta. Cospargere con la mollica di pane aromatizzata e infornare a 200°C per circa 15 minuti.

Pasta con le zucchine

Ingredienti per 4 persone
350 g di pasta di piccolo formato (ad esempio anelletti o ditalini)
400 g di zucchine
150 g di caprino fresco
150 g di mascarpone
3 scalogni
50 g di parmigiano grattugiato
1 dl di olio extravergine di oliva
qualche foglia di basilico
1 ciuffo di prezzemolo
sale
pepe
Preparazione e cottura: 25 minuti

- Pulire le zucchine e tagliarle a rondelle.
- Pulire gli scalogni e affettarli finemente, soffriggerli

Per Questo e molto altro ancora ,visita...

http://le-journal-italienne.blogspot.com/

in padella con l'olio, unire il prezzemolo e le zucchine. Saltare velocemente, regolare di sale e bagnare con poca acqua.

- Far cuocere con coperchio per circa 5 minuti, fino a che le zucchine iniziano a intenerirsi.
- Frullare le zucchine con il parmigiano.
- Mescolare il caprino e il mascarpone, aggiungere il basilico tritato e una macinata di pepe.
- Cuocere la pasta e scolarla al dente; mescolarla con la crema di zucchine e servirla adagiandovi sopra 1-2 quenelle della crema di caprino e mascarpone al basilico appena preparata.

Pasta con i broccoli e calamari

Ingredienti per 4 persone

350 g di pasta corta
500 g di broccolo romano
200 g di calamaretti puliti
mezzo scalogno tritato
1 foglia di alloro
1 spicchio di aglio
1 dl di olio extravergine di oliva
sale
pepe

Preparazione e cottura: 30 minuti

- Pulire il broccolo e dividerlo a cimette. Lessarle in acqua salata.
- Saltare le cimette in padella con l'olio e lo spicchio di aglio schiacciato. Frullarle conservandone alcune intatte per la finitura del piatto.
- Lavare i calamaretti, tagliarli ad anelli e saltarli in padella con qualche cucchiaio di olio e lo scalogno tritato. Regolare di sale e di pepe.
- Cuocere la pasta e scolarla al dente, condirla con la salsa di broccoli, saltandola in padella per qualche minuto aggiungendo anche i calamaretti.
- Servire la pasta nei piatti, decorando con qualche cimetta di broccolo intera.

Fusilli con la zucca

Ingredienti per 4 persone

350 g di fusilli
250 g di polpa di zucca gialla
1 cipolla dorata
2 cucchiai di concentrato di pomodoro
80 g di speck
2 rametti di timo
1 dl di olio extravergine di oliva
sale
pepe

Preparazione e cottura: 35 minuti

- Tagliare la zucca a pezzetti non troppo piccoli e dividere lo speck a cubetti.
- Sbucciare la cipolla e affettarla finemente. Rosolarla in olio, unendo i dadini di speck.
- Aggiungere la zucca e lasciare cuocere per alcuni minuti.
- Unire il concentrato di pomodoro stemperato in qualche cucchiaio di acqua, salare e pepare. Aggiungere il timo e lasciare cuocere fino a che la zucca si intenerisce.
- Cuocere la pasta e scolarla al dente; saltarla in padella con il condimento e servire con una macinata di pepe.

Tortiglioni pasticciati

Ingredienti per 4 persone

350 g di tortiglioni
4 zucchine con fiore
100 g di burro
2 fette di prosciutto cotto tagliate alte
40 g di farina
5 dl di latte
1 carota
mezza cipolla
1 costa di sedano
4 cucchiai di Grana Padano
noce moscata
sale
pepe

Preparazione e cottura: 1 ora

- Pulire la carota, la cipolla e il sedano, tagliarli a dadini e farli rosolare in 50 g di burro. Unire le zucchine tagliate a rotelle e i fiori puliti, lavati e tagliati a metà.
- Salare e pepare e cuocere a calore moderato per 8-10 minuti, fino a che le zucchine non risulteranno cotte ma ancora croccanti.
- Preparare la besciamella: fondere 50 g di burro, aggiungere la farina e, dopo averla fatta tostare per qualche minuto, versare il latte bollente. Regolare di sale, pepe e noce moscata e far cuocere per circa 10 minuti.
- Cuocere la pasta in acqua salata, scolarla e mescolarla al sugo di verdura, aggiungere il prosciutto cotto tagliato a listarelle e la besciamella (lasciarne un po' per cospargere la superficie del pasticcio) mescolata con il formaggio.
- Imburrare una pirofila da forno e versare la pasta. Cospargerla con la restante besciamella e una manciata di formaggio

- Infornare a 200°C per 15 minuti.
- Prima di servire far riposare per qualche minuto.

Bavette al salmone

Ingredienti per 4 persone

350 g di bavette
400 g di salmone fresco
100 g di burro
25 g di pistacchi sgusciati
2 cucchiai di cognac
scorza di 1 limone
1 spicchio di aglio
4-5 foglie di salvia
salsa Worchestershire
sale
pepe

Preparazione e cottura: 15 minuti

- Tuffare i pistacchi in acqua bollente per 1 minuto, scolarli e asciugarli, quindi rimuovere la pellicina che li avvolge. Tritarli con il coltello.

In una padella fondere il burro e rosolarvi lo spicchio di aglio schiacciato e la salvia.

- Nel frattempo mettere a bollire l'acqua per la pasta.
- Tagliare il salmone a listarelle, unirlo al soffritto e fare insaporire; aggiungere la scorza di limone grattugiata, i pistacchi e sfumare con il cognac.
- Far cuocere per 4-5 minuti.
- Scolare la pasta al dente e versarla nella padella. Saltarla con il sugo spruzzando qualche goccia di salsa Worchestershire e servirla immediatamente.

Pasta e ricotta

Ingredienti per 4 persone

350 g di pasta (ad esempio pennette)
250 g di ricotta di pecora fresca
50 g di ricotta dura
5-6 pomodori secchi sott'olio
4 cucchiai di olio extravergine di oliva
timo fresco
sale
pepe

Preparazione e cottura: 15 minuti

- Setacciare la ricotta e mescolarla alla ricotta dura grattugiata e all'olio. Regolare di sale e pepe.
- Sgocciolare bene i pomodori secchi e tagliarli a listarelle. Unirli al composto di ricotta e aggiungere il timo fresco.
- Cuocere la pasta in abbondante acqua salata, scolarla e mescolarla con il composto. Servire immediatamente cospargendo con una macinata di pepe.

Sedani aromatici

Ingredienti per 4 persone

380 g di sedani
4 pomodori ramati
4 cucchiai di pecorino grattugiato
1 cipolla
2 spicchi di aglio
1 rametto di rosmarino
2 foglie di salvia
3 foglie di alloro
1 ciuffo di prezzemolo
1 peperoncino
1 dl di olio extravergine di oliva
sale
pepe

Preparazione e cottura: 15 minuti

- Sbucciare la cipolla e affettarla sottilmente; sbucciare gli spicchi di aglio e schiacciarli con il coltello. Tritare il rosmarino, la salvia e il prezzemolo.
- In una padella far soffriggere in olio la cipolla e l'aglio, quindi aggiungere l'alloro, il rosmarino, la salvia e il peperoncino.
- Cuocere per qualche minuto. In ultimo aggiungere anche il prezzemolo e spegnere il fuoco.
- Eliminare l'aglio e le foglie di alloro.
- Sbollentare i pomodori, privarli della buccia e dei semi e tagliare la polpa concassé (vedi p. 34).
- Aggiungerla al trito aromatico, riporre sul fuoco, regolare di sale e pepe e proseguire la cottura per qualche minuto
- Lessare la pasta in acqua salata, scolarla e saltarla velocemente in padella con la salsa.
- Servire immediatamente cospargendo con pecorino grattugiato.

Per Questo e molto altro ancora ,visita...

http://le-journal-italienne.blogspot.com/

Per Questo e molto altro ancora ,visita...

http://le-journal-italienne.blogspot.com/

STRUMENTI

Utensili per la pasta secca

L'attrezzatura base per realizzare una pasta secca comprende sicuramente una **pentola per la pasta**, in acciaio o alluminio, di una certa capienza. Per pentola si intende un recipiente cilindrico con diametro uguale all'altezza, adatto per le cotture a ebollizione come brodi, fondi e pasta.

Non può mancare lo **scolapasta**, che può essere a due manici, di forma troncoconica, oppure con un manico solo; di acciaio ma anche di materiale plastico; oppure può essere utilizzato il "mille usi" colino a mandolino. In commercio si trovano anche pentole dotate di colapasta con due manici, da sollevare al momento in cui la pasta è pronta, scolandola direttamente nella pentola stessa.

Nelle cucine più grandi e attrezzate, e immancabile nelle cucine professionali, è la casseruola dotata di 2 o 4 colapasta a spicchi, che consente di cuocere contemporaneamente più tipi di pasta. Talvolta, per piccole quantità e anche quando si vuole conservare l'acqua di cottura, ci si può avvalere di un **mestolo forato** per scolare certi tipi di pasta corta, oppure di un **forchettone servispaghetti** con fondo cavo per i tipi di pasta lunga.

Il **mestolo** forato, il **forchettone** semplice, il **forchettone** servispaghetti, la **pinza** per spaghetti sono poi ovviamente indispensabili per sporzionare la pasta nei singoli piatti.

Per servire la pasta in maniera più "coreografica" si possono usare degli stampini troncoconici in metallo, così da servirla in forma, oppure dei normali coppapasta.

Per la realizzazione della pasta gratinata, cioè passata in forno dopo la cottura, servono delle **pirofile da forno** in porcellana o delle comuni teglie da forno in acciaio. Per occasioni, per così dire, più spartane, si possono utilizzare anche i contenitori in alluminio usa e getta.

Per eseguire dei timballi di pasta secca, sono necessari degli stampi ad anello, come quelli impiegati per i ciambelloni, da poter infornare.

Accanto a questa attrezzatura specifica, sono ovviamente indispensabili tutti quegli utensili per la preparazione dei sughi e delle salse con cui condire la pasta, quali ad esempio il cucchiaio di legno e il mestolo.

Strumenti per la cottura

Tra i vari recipienti che si possono utilizzare per cuocere la pasta secca, due sono particolarmente indicati per la "cottura al salto". Il **plat à sauter**, detto anche *sautoir*, è una casseruola dotata di manico, con bordi di media altezza e sponda dritta. Data la sua conformazione, è particolarmente adatto per le cotture al salto, ma essendo dotato di coperchio può anche venire utilizzato per stufare. Il plat à sauter si presta bene per cuocere creme, zabaioni, salse tipo besciamella, in quanto favorisce il movimento della frusta nel recipiente ed evita l'annidarsi di materiale non amalgamato in angoli stretti. Il "plat à sauter" non va confuso con la "sauteuse", di cui esistono due tipi: "sauteuse à degré" con sponda leggermente svasata e "sauteuse évasée" con sponda curva, entrambe caratterizzate da un angolo più o meno ampio di raccordo tra sponda e fondo. Anche le sauteuse sono adatte per saltare la pasta.

La **padella** è un recipiente di cottura con sponda svasata e bassa, dotato di manico generalmente di lunghezza pari al diametro della padella stessa. In Italia è certamente lo strumento più diffuso per la cottura al salto, in special modo per la finitura delle paste. In questo caso, la padella potrà essere di alluminio o di alluminio antiaderente, caratterizzati entrambi da ottima conducibilità termica, maneggevolezza e leggerezza, resistenza agli urti e perfetta idoneità al contatto con gli alimenti. La versione antiaderente ha anche il vantaggio di consentire un minor uso di grassi, dato che gli alimenti non si attaccano al fondo; l'unica accortezza deve essere quella di non usare coltelli o altri strumenti appuntiti per girare gli alimenti, onde evitare di scalfire il rivestimento.

Altro materiale idoneo per la cottura al salto e la mantecatura è anche il **rame stagnato**, con il quale sono realizzate sia sauteuse che plat à sauter e padelle.

Il **rame** è un **ottimo conduttore di calore**: il suo impiego consente di raggiungere le alte temperature necessarie per la cottura al salto; dà la possibilità inoltre, grazie al suo spessore, di mantenere la temperatura costante, anche dopo l'ingresso dell'alimento.

Il **colore dello stagno** permette di seguire attentamente le fasi di cottura e le variazioni di colore della materia grassa in cui sta cuocendo perché gli alimenti risaltano nettamente sul colore grigio dello stagno. Tuttavia l'impiego di casseruole in rame può essere limitato dal loro costo e talvolta dal loro peso: infatti, se utilizzate per grossi quantitativi, possono risultare poco maneggevoli ed eccessivamente pesanti.

Per Questo e molto altro ancora ,visita...

http://le-journal-italienne.blogspot.com/

Pentole in alluminio

L'alluminio è un metallo molto **duttile** e **leggero**, molto usato nella realizzazione di pentole e utensili da cucina, utilizzabili per tutti i tipi di cottura. Offre numerosi **vantaggi**:

- ottima conduttività termica, che impedisce alle vivande di attaccarsi al fondo;
- basso prezzo;
- leggerezza e maneggevolezza;
- resistenza agli urti, se il materiale ha uno spessore minimo di 2,5 mm;
- perfetta idoneità al contatto con gli alimenti in cottura;
- facilità di pulizia;
- utilizzabile per tutti i tipi di cottura, specialmente per quelle che richiedono tempi lunghi e temperature costanti.

Tuttavia l'alluminio presenta anche una serie di **svantaggi**:

- si incide facilmente, per cui bisogna evitare l'uso di attrezzi metallici per mescolare le vivande; ad esempio, se si utilizza la frusta di acciaio per mescolare alcune preparazioni come besciamella o crema inglese, queste possono imbrunire;
- si può deformare, se il suo spessore è piuttosto fine;
- è intaccato da sostanze alcaline e da certi acidi, per cui è meglio evitare la cottura e la permanenza di certi alimenti a basso pH come gli spinaci, il pomodoro, il vino;
- certi alimenti come carciofi o cipolla possono cambiare colore e risultare di sapore alterato se permangono a lungo in contenitori di alluminio;
- la bollitura di certi alimenti può annerire il recipiente, come accade ad esempio nel caso delle patate o delle rape.

All'interno del recipiente, si forma, a causa dell'uso ripetuto, una patina nera, dovuta all'ossidazione spontanea del metallo, che risulta essere una vera e propria **barriera protettiva inerte**, che non va eliminata.

Prima di utilizzare recipienti di alluminio nuovi, occorre farli bollire con acqua e olio o con sostanze liquide grasse.

Per il **lavaggio** usare un tampone di lana metallica o una spugna.

L'alluminio antiaderente

Alcuni utensili in alluminio possono presentare al loro interno un **rivestimento in teflon o in silicone** o in altro materiale, che impedisce agli alimenti in cottura di attaccarsi al fondo o alle pareti.

Le caratteristiche di questi utensili sono analoghe a quelle dei contenitori in alluminio non rivestiti, con il vantaggio che, grazie alle **doti di antiaderenza**, si possono cuocere cibi senza aggiungere sostanze grasse o comunque impiegandone una minore quantità.

Per contro, il rivestimento tende a usurarsi piuttosto velocemente, a graffiarsi con l'utilizzo di posate di acciaio ed è sensibile alle alte temperature; per questo bisogna evitare di metterlo sul fuoco a scaldare senza alcun alimento all'interno.

È importante servirsi sempre di mestoli o altri **attrezzi in legno o in materiale plastico morbido**, per evitare abrasioni e incisioni nel rivestimento; durante il **lavaggio**, analogamente, non usare spugne abrasive o pagliette in metallo.

Per Questo e molto altro ancora ,visita...

http://le-journal-italienne.blogspot.com/

LA RICETTA FRA TRADIZIONE E INNOVAZIONE

In Italia vi è una grande **ricchezza di ricette** che esprimono e codificano la cucina del territorio. Ogni ricetta, per così dire della tradizione, è il frutto di una serie di fattori, primo fra tutti il **luogo** in cui è stata elaborata, se in vicinanza del mare o della montagna o in zone di pianura, e di conseguenza le **condizioni climatiche** e quindi anche la **varietà di prodotti spontanei e coltivati**, così come la **presenza di animali selvatici** e le **tipologie di animali allevati**. Altri fattori di grande influenza sull'espressione gastronomica di un territorio sono legati al **livello culturale della popolazione**, alle sue **possibilità economiche**, nonché a fattori relativi alle **tradizioni**, agli **usi e costumi** di un luogo.

La ricetta quindi è l'espressione gastronomica di tutte queste variabili, in funzione del tempo: vale a dire che la ricetta si colloca in una precisa **situazione storica**; se ne deduce che la gastronomia è in **continua evoluzione**, perché lo sono anche le abitudini, i costumi, insomma il modo di vivere delle popolazioni.

Non si tratta perciò di qualcosa di immutabile o fisso, ma di un **elemento che si modifica** e che si adegua al mutare delle condizioni sociali. Va però detto che una ricetta non viene cambiata, e non

Testo	Ingredienti	Cottura	Finitura
Artusi P., *La scienza in cucina e l'arte di mangiar bene*, 1891	Pomodori maturi, cipolla, aglio, sedano, basilico, prezzemolo, olio, sale e pepe	Sul fornello fino a giusta densità	
Escoffier A., *Le guide culinarie*, 1902	Passato di pomodoro, lardo, carote, cipolla, timo, alloro, aglio, farina, fondo bianco, burro, sale e pepe, zucchero	In forno per 90-120 minuti	Aggiunta di burro
Pellaprat H., *L'arte della cucina moderna*, Sansoni, Firenze 1964	Pomodori in scatola, lardo, carote, cipolla, porro, sedano, timo, alloro, aglio, farina, noce moscata, sale, pepe e zucchero	In forno per 90 minuti	Aggiunta di burro
Marchesi G., *La mia nuova grande cucina italiana*, Rizzoli, Milano 1980	Pelati, olio extravergine di oliva, cipolla, alloro, aglio, sale, pepe, zucchero. Soffritto: burro, olio, prezzemolo, rosmarino, salvia, timo, dragoncello, alloro	Sul fornello per 45 minuti	Aggiunta del soffritto filtrato

1. **La salsa di pomodoro**
(tratto e adattato da: P. Gentili, *Laboratorio di cucina*, vol. 2, Calderini Edagricole, Bologna 2000).

deve esserlo, fino a quando non vi siano reali motivi per farlo, come ad esempio ottenere una migliore qualità, un prodotto più salubre, livelli igienici superiori, un risparmio di tempo e di energia. Un esempio tipico a dimostrazione di ciò è la salsa bolognese, che tradizionalmente veniva fatta bollire per ore sul fuoco e che adesso, sebbene realizzata con gli stessi ingredienti, prevede una cottura ridotta a un'ora o poco più, per questioni di digeribilità e perché il progresso medico ci ha resi consapevoli che i grassi cotti troppo a lungo sono dannosi per l'organismo. Per lo stesso motivo, oggi si preferisce friggere in olio certe preparazioni che per tradizione venivano fritte nel grasso animale, e così via.

Per contro, anche nello stesso momento storico possono esserci più ricette che codificano uno stesso piatto e può risultare difficile capire a quale ricetta attenersi, o quale sia quella "vera", quella originale. In questo caso non si può parlare di evoluzione di una ricetta, ma semplicemente di adattamento di questa a situazioni diverse, disponibilità o meno di un certo ingrediente, gusto personale, estro e fantasia come si può vedere nella tabella qui sopra (fig. 1) dove schematicamente sono riportate le ricette create da alcuni famosi chef.

La salsa di pomodoro, quindi, può essere realizzata con numerose varianti, senza però perdere la sua identità. Questo accade perché l'ingrediente principale, che caratterizza la preparazione, e che di conseguenza non può mai mancare, ovvero il pomodoro, è presente in tutte le versioni riportate. Le variazioni riguardano solo gli **aromi**, le **spezie**, insomma gli **elementi secondari**, oppure le **modalità di cottura** ed eventuali **aggiunte finali**. Se nella ricetta fossero stati introdotti ingredienti come la carne macinata o il pesce, la ricetta avrebbe perso la sua identità e non avremmo potuto più chiamarla salsa di pomodoro. Si sarebbe trattato di un'altra ricetta. In sostanza, una ricetta può tollerare variazioni negli ingredienti secondari, e questo è ovvio perché da luogo a luogo può cambiare la disponibilità di certe erbe aromatiche, ad esempio, oppure di un particolare salume che aromatizza.

Per Questo e molto altro ancora ,visita...

http://le-journal-italienne.blogspot.com/

MATERIA PRIMA

Formati speciali della pasta secca

La pasta secca in Italia è di gran lunga la **tipologia di pasta più consumata**. Date le sue caratteristiche di **estrema versatilità**, si presta a essere accompagnata dai sughi più svariati, può essere servita calda oppure fredda in insalata, si addice a qualunque formula di pasto, da quello familiare a quello formale, dal pasto che si consuma seduti al buffet e al pic-nic, dal pranzo alla cena e alla spaghettata di mezzanotte.

Secondo la tradizione italiana, la pasta secca è ottenuta miscelando **farina di grano duro e acqua**; addirittura, in passato, per legge la pasta secca doveva essere prodotta esclusivamente con semola o semolato di grano duro, con esclusione di farina da panificazione.
Attualmente la **nuova normativa** europea permette la produzione di paste secche anche con una parte di farina di grano tenero o con miscele di semola e farina.
Infatti, secondo il DPR 187 del 9 febbraio 2001, che regola la produzione e commercializzazione di paste alimentari, si definisce la pasta come "il prodotto ottenuto dalla trafilazione, laminazione ed essiccamento di impasti preparati esclusivamente a base di acqua e semola, semolato o semola integrale di grano duro". In base alla stessa legge è però consentita la fabbricazione di pasta alimentare con sfarinati di grano tenero, a patto che questi siano presenti in una percentuale non superiore al 3%. Un'eccezione è rappresentata dalle paste destinate all'esportazione, per le quali il contenuto di sfarinati di grano tenero può variare ed essere superiore al 3%, se indicato e accettato dal paese di destinazione.
La legge consente la produzione di paste speciali, che abbiano oltre agli sfarinati ingredienti diversi; in tal caso, l'ingrediente deve essere obbligatoriamente menzionato, accanto alla dicitura del tipo di pasta, e nel caso ve ne sia più d'uno la menzione sarà relativa a quello caratterizzante il prodotto o presente nella maggiore quantità (ad esempio verdura, aromi, ecc.). Tra le paste speciali rientrano anche quelle che nella preparazione dell'impasto prevedono le uova.

Fondamentale per la riuscita di un piatto è la scelta di una buona pasta di partenza. La **qualità** di una pasta dipende principalmente da **tre fattori**: il **tipo** e la **qualità della farina**, la **trafilatura** e l'**essiccazione**.
La migliore pasta secca è ottenuta utilizzando esclusivamente semola di grano duro, ricca di glutine e quindi molto resistente alla cottura, impastata con una quantità di acqua variabile dal 18 al 35%. La **fase di impastamento** è molto delicata, perché in essa hanno luogo due reazioni importanti: l'**idratazione dell'amido della farina**, che si rigonfia, e l'**idratazione delle proteine** che formano il glutine. È proprio il **glutine** la struttura portante della pasta, che attraverso la lunga lavorazione dell'impasto si sviluppa, acquistando plasticità.
Al termine della lavorazione la pasta subisce la **trafilatura**, ovvero viene sagomata nelle diverse forme, passando attraverso dei dischi con fori di sagome diverse, chiamati appunto trafile.
Le trafile, a seconda che siano realizzate in bronzo, rame o Teflon, danno origine a risultati diversi. La **pasta trafilata al Teflon** risulta liscia alla superficie, mentre le **paste trafilate al bronzo**, che spesso recano tale dicitura sulla confezione, presentano una superficie più ruvida e porosa, che riesce a trattenere meglio il sugo.
Segue la fase di **essiccazione**, che un tempo era realizzata all'aria e al sole: ecco perché i pastifici inizialmente erano situati principalmente al Sud o lungo la costa ligure e perché l'uso della pasta secca è tradizionalmente radicato nel Meridione, mentre nel Nord Italia si è maggiormente sviluppata la produzione di pasta fresca e ripiena.
Oggi l'essiccazione viene quasi sempre eseguita con **processi industriali**, utilizzando appositi essiccatoi nei quali si alternano ventilazione ad aria calda e periodi di riposo, al fine di far affiorare l'umidità interna. La **temperatura di essiccazione** è molto importante per la qualità finale della pasta.
Se, al fine di velocizzare il processo, si realizza un'essiccazione spinta, con temperature dell'aria intorno agli 80°C e più, si ha una parziale cottura della pasta, che tende a vetrificare in superficie e diventare perciò liscia e impermeabile al sugo.
Un'essiccazione a temperature che non superano i 40°C necessita di più giorni per essere completata, ma dà risultati migliori dal punto di vista delle qualità organolettiche e del colore.
Alla fine dell'intero processo, la pasta deve avere un **tenore di acqua non superiore al 12,5%**, in modo da potersi conservare nei comuni imballaggi impermeabili all'umidità. Pertanto al momento dell'acquisto è consigliabile scegliere una pasta di grano duro, trafilata al bronzo, possibilmente essiccata in maniera naturale.

Alla vista deve essere **integra**, non spezzettata, e **non deve presentare macchie biancastre**, indice della presenza di grano tenero nella miscela. Il **colore** non è indicativo della qualità, poiché dipende dalle miscele di grano impiegate, ma deve comunque essere un colore compatto, uniforme, giallo dorato più o meno intenso. Alla **rottura** deve spezzarsi in modo netto, senza cedimenti gommosi e il colore all'interno e all'esterno deve essere omogeneo.
Altre caratteristiche che attestano la qualità di una pasta si evidenziano nella **capacità di tenere la cottura**, mantenendosi elastica e intatta, **emanare un buon odore di grano** e nel **gusto leggermente sapido** se assaggiata scondita.
L'**acqua della pasta** non deve risultare troppo torbida e lattiginosa, indice che la pasta ha perso amidi in cottura e potrebbe, una volta scolata, risultare collosa, oppure perdere compattezza.

Per Questo e molto altro ancora ,visita...

http://le-journal-italienne.blogspot.com/

Come riconoscere la qualità della pasta?

"La pasta di qualità è quella che regge bene la cottura e non scuoce", oppure "una pasta è buona se non diventa collosa e si lega con il sugo" e ancora "una pasta che non si rompe è sinonimo di qualità", sono solo alcuni dei luoghi comuni inerenti questo prodotto. Certo hanno un loro fondo di verità, ma vediamo, in quanto consumatori, come poterli tradurre in pratica, operando una scelta critica.

Il primo approccio, e spesso anche il solo, è quello con la **confezione**: oltre alle normali raccomandazioni, valide per tutti i prodotti, come il controllo dell'integrità dell'imballaggio, che non vi siano deformazioni nel caso si tratti di confezioni cartonate, la verifica, in presenza di imballaggi in plastica trasparente, dello stato del contenuto (integrità e corrispondenza del colore, forma della pasta intatta, ecc.), è consigliabile soffermarsi anche su quanto scritto sulla confezione.

Una serie di indicazioni devono essere riportate obbligatoriamente:

- denominazione di vendita (ad esempio: pasta di semola di grano duro);
- elenco degli ingredienti: devono essere riportati tutti quelli che sono presenti nel prodotto finito, anche in maniera modificata, in ordine decrescente per quantità;
- quantità netta o quantità nominale, ovvero la quantità di prodotto al netto della tara;
- termine minimo di conservazione o data di scadenza. Come su tutti i prodotti non da fresco, anche nel caso della pasta secca si trova la dicitura "da consumarsi preferibilmente entro", ovvero il termine entro il quale il prodotto conserva inalterate le sue caratteristiche nutrizionali;
- sede dello stabilimento di produzione o di confezionamento;

- identificazione del lotto di appartenenza del prodotto, ovvero un codice che indica tutte le unità di vendita che sono state prodotte o confezionate nelle stesse condizioni;
- luogo di origine o provenienza, "qualora l'omissione possa indurre in errore l'acquirente";
- modalità d'uso ove questo sia necessario;
- simbolo di conformità alla normativa comunitaria.

Molte altre indicazioni possono comparire in etichetta. La prima cosa da ricercare è una tabella che indichi la **composizione chimica** della pasta in oggetto. Il dato più saliente è il **contenuto proteico** e, se riportato, il **contenuto in glutine**. In media la frazione proteica si aggira intorno al 10,5-11% del totale (per legge la pasta non può avere un contenuto in proteine inferiore al 10,5%), tuttavia maggiore è questa percentuale, maggiore è la tenuta della pasta in cottura. Altra informazione importante da ricercare ma purtroppo non spesso rilevabile, riguarda il **processo di lavorazione** dell'impasto di acqua e farina, che deve avvenire lentamente, in modo da consentire lo sviluppo di un glutine particolarmente tenace, e a basse temperature, per evitare qualsiasi tipo di danno termico alla struttura proteica. Altresì importante è la **procedura di essiccazione**, anch'essa da effettuarsi lentamente (dalle 15 alle 30 ore in funzione del formato di pasta) e a basse temperature.

Sulla confezione si possono trovare anche **marchi certificanti la qualità** sia del prodotto finito che di uno o più ingredienti utilizzati.

In commercio si contano almeno **200 tipi di paste secche** diverse per formato; nonostante una tale varietà, la pasta secca può essere convenzionalmente suddivisa in due grandi gruppi: **pasta lunga** e **pasta corta**.

In commercio si trovano anche altri tipi di pasta secca, le cosiddette **paste speciali**, a base di semola di grano duro, addizionata di verdure (spinaci, pomodori), paste aromatizzate con altri ingredienti (peperoncino, zafferano, nero di seppia, ma anche funghi e tartufo, ecc.), **paste integrali** (arricchite con crusca e fibra di grano), **paste ripiene**.

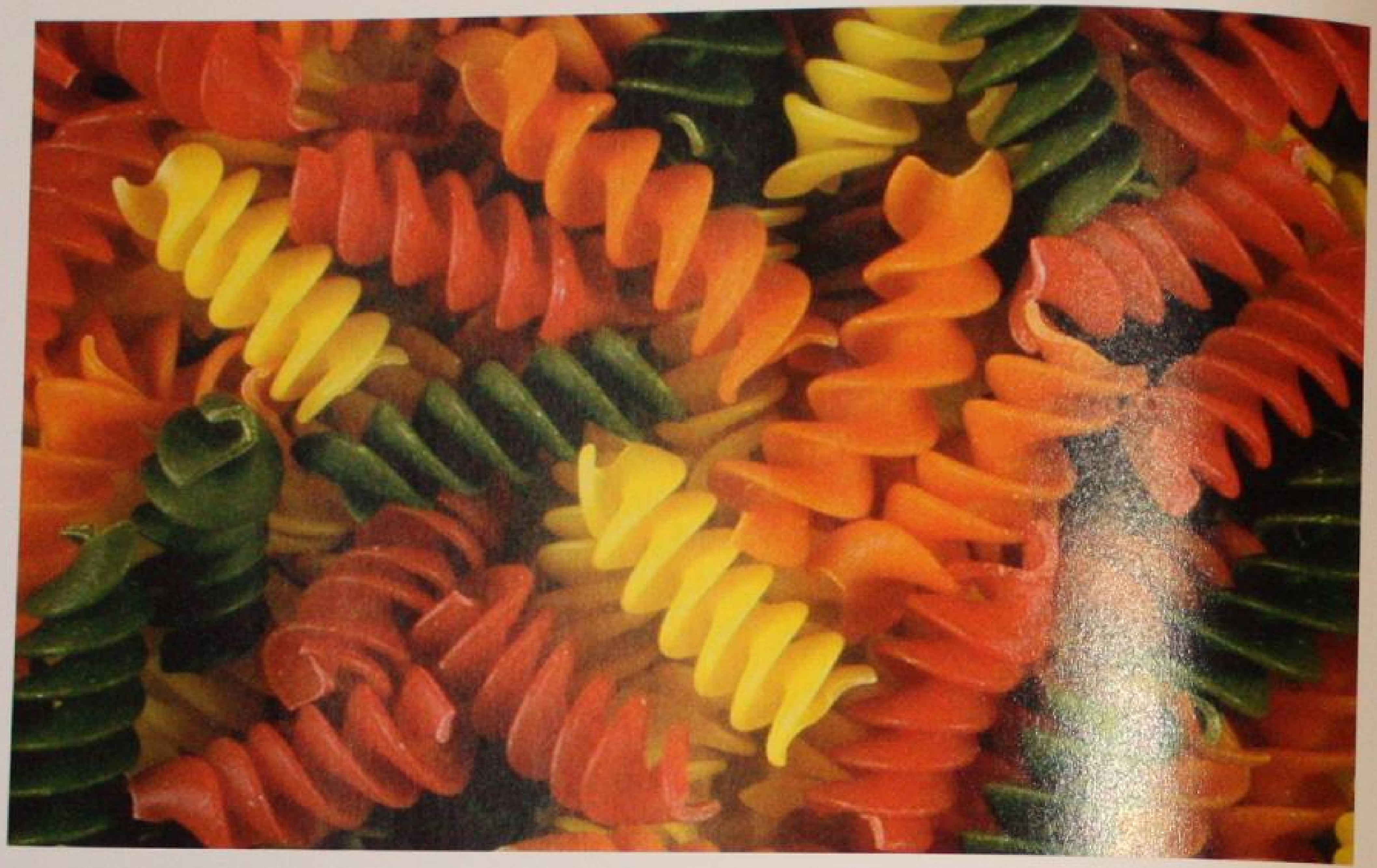
Esistono infine altre paste chiamate "**dietetiche**", quali quelle senza glutine, per l'alimentazione dei celiaci, quelle ipocaloriche, e quelle ipoproteiche per i diabetici.

La pasta corta può variare molto in termini di dimensioni, dalla pastina da minestre (non indicata in tabella), ai formati più piccoli come i ditalini e le ruote, fino ai formati giganti come i conchiglioni, i lumaconi e i paccheri, in genere lessati al dente, farciti e gratinati in forno. Tra i formati più comuni di pasta corta si segnalano:

Anelletti	Armoniche	Caserecce	Castellane
Cavatelli	Cellentani	Chifferotti	Conchiglie
Conchiglioni	Ditalini	Eliche	Farfalle
Fischioni	Fusilli	Galletti	Gnocchetti sardi
Gnocchi	Gramigna	Lumaconi	Mezze maniche
Mezze penne	Nastrini	Paccheri	Penne lisce
Penne rigate	Pennette	Pipe	Pipette
Rigatoni	Ruote	Sedani	Tortiglioni

Per Questo e molto altro ancora ,visita...

http://le-journal-italienne.blogspot.com/



Tra i formati più comuni di pasta lunga si segnalano:

Bavette	Bucatini	Capelli d'angelo
Linguine	Maccheroni	Mafaldine
Pappardelle	Reginette	Spaghetti
Spaghettini	Spaghettoni	Trenette
Tripoline	Vermicelli	Ziti

Pasta corta o pasta lunga?

Capita spesso di andare all'estero e dover mangiare gli onnipresenti spaghetti alla bolognese: cottura e qualità della pasta a parte, ci sovviene subito la sensazione che tra lo spaghetto e il sugo non ci sia armonia, in quanto il sugo scivola via dalla pasta e rimane inevitabilmente sul fondo del piatto. La scelta di un tipo di pasta non deve quindi essere casuale: deve certamente tenere conto del gusto personale, ma anche del tipo di sugo che intendiamo abbinarci.

La **pasta lunga** offre il meglio di sé quando è abbinata a **sughi marinari**, a base di **verdura**, ai **pesti** e in genere a tutti i **sughi che prevedono un soffritto in olio**, basti pensare agli spaghetti aglio, olio e peperoncino o ai classici spaghetti con le vongole, dove la consistenza tenace degli spaghetti contrasta bene con la tenera corposità dei frutti di mare e il sugo è ben assorbito dalla pasta, che si insaporisce.

A detta degli esperti, la pasta lunga è più saporita di quella corta, in quanto richiede un tempo di essiccazione più lungo rispetto ai formati corti, che determina un aumento dell'acidità propria della pasta. Ciò ha effetti positivi sul sapore e ne migliora la digeribilità.

La **pasta corta** si adatta a ogni tipo di preparazione: dalla **pasta asciutta** alle **minestre in brodo**, alle **paste gratinate**. In genere si adatta bene a **salse cremose a base di burro o di panna**, ma grazie al fatto che in genere è cava all'interno (penne, rigatoni, pipe, ecc.) è in grado di raccogliere e trattenere bene **ogni tipo di condimento**, anche i ragù di carne e gli altri sughi di carne importanti.

L'ARTE DI PRESENTARE

Come presentare i primi piatti

La pasta può essere servita in tavola utilizzando **vassoi**, **fiamminghe**, **ciotole** di dimensioni, forme e materiali diversi. Può essere altrimenti servita già sporzionata nei classici **piatti fondi o scodelle**, oppure nei **piatti piani**. In entrambi i casi, è sempre bene aggiungere un cucchiaio di sugo o di salsa sul fondo del piatto.

La scelta della **forma del piatto** è soggettiva, possono andare bene sia i classici piatti tondi che le versioni più moderne quadrate o rettangolari. Per queste ultime, da un punto di vista puramente estetico, può essere preferibile posizionare la pasta da un lato e distribuire salse o altre guarnizioni nella parte restante, per creare un'armonia anche nella distribuzione degli ingredienti nel piatto e bilanciare spazi pieni e spazi vuoti.

Il **colore** delle stoviglie è altresì importante, perchè può contribuire a esaltare il colore della preparazione oppure mortificarlo inesorabilmente. Nel dubbio, preferire sempre un piatto bianco.

In merito alla questione se servire la pasta nella **zuppiera** o al contrario **già sporzionata**, si possono fare due considerazioni: in una occasione informale, come un pranzo in famiglia o una spaghettata tra amici, si può portarla in tavola in un unico contenitore e servirla al momento, magari lasciando la libertà a ciascun commensale di prenderne la razione che desidera. Nelle occasioni formali è sempre da preferire servirla in tavola già suddivisa nei singoli piatti; sporzionarla al momento comporta un "disturbo" per l'ospite, che è costretto a passare il piatto vuoto, poi a riprenderlo pieno, e così via.

Inoltre, anche al più abile dei cuochi può sfuggire lo spaghetto mentre lo preleva dal recipiente per sistemarlo nel piatto, provocando schizzi di sugo sulla tovaglia o peggio ancora sull'abito dei commensali. Infine, la distribuzione delle razioni a opera di chi ha cucinato o di chi conosce l'intero menu, consente di

Per Questo e molto altro ancora ,visita...

http://le-journal-italienne.blogspot.com/

valutare la quantità di pietanza adeguata in funzione del numero di portate a seguire.
Per dare volume e spessore, la pasta, anziché essere semplicemente adagiata sul piatto, può esservi disposta in maniera, per così dire, "coreografica". Con semplici accorgimenti quali l'utilizzo di un **coppapasta**, le si può dare una forma circolare e farla acquistare in altezza; la stessa cosa può essere ottenuta servendosi di uno **stampino** in alluminio o altro materiale. Infine, per la pasta lunga si possono realizzare **strutture a nido** con un semplice movimento rotatorio del forchettone, al momento in cui la pasta viene adagiata sul piatto, così da arrotolarla su se stessa. In presenza di sughi al pesce può essere servita all'interno di valve di capesante o addirittura di ostriche, mentre una semplice pasta al tonno e olive può risultare di grande effetto se servita all'interno di pomodori tagliati a metà e grigliati.
Di sicuro successo estetico risultano tutte le paste sformate in **piccoli timballini**, con gli stampi rivestiti di sottili fettine di verdura (melanzane, zucchine, peperoni, ecc.), o la pasta servita nelle classiche **coupelle di parmigiano**.
Per la **decorazione** in senso stretto si possono utilizzare foglie di basilico essiccate in forno, bucce di pomodoro fritte, che assumono forme simili a petali, ma anche sottili fettine di porro o anelli di cipolla o fili di buccia di melanzana fritti. La finitura con formaggio a scaglie o grattugiato, l'uso di prezzemolo tritato, di mollica di pane aromatizzata, possono altresì rappresentare delle guarnizioni veloci, simpatiche e soprattutto edibili.
Sono infatti da preferirsi **guarnizioni** in luogo delle decorazioni, ovvero degli elementi che completano il piatto rendendolo non solo più appetibile agli occhi, ma che lo arricchiscono anche di gusto creando ad esempio un contrasto caldo/freddo, morbido/croccante, acido/grasso.

Il galateo della pasta

Pare che l'uso della forchetta a tavola si sia affermato in tempi piuttosto recenti, grazie proprio alla pasta. Mentre del coltello e del cucchiaio si faceva largo uso già da tempo, la forchetta compare verso il XIII secolo, proprio in concomitanza con il diffondersi della pasta in alcune aree del Mediterraneo. Secondo quanto riportato da Giovanni Rebora ne *La civiltà della forchetta* (Laterza, Roma-Bari, 1998), la prima testimonianza scritta dell'uso di questo strumento compare in un ricettario di cucina compilato alla corte del re Roberto d'Angiò a Napoli, dove si descrive la preparazione di una pasta tipo lasagne, da prendersi e mangiarsi con l'aiuto di un punteruolo in legno. Secondo l'autore "è la prima citazione di uno strumento destinato a prendere il cibo con funzione di forchetta, ed è anche la prima associazione dello strumento alla pasta. Le lasagne scottano e sono viscide, prenderle con le dita è scomodo e doloroso...".
La forchetta consente quindi di infilare la pasta con i suoi rebbi e soprattutto avvolgere i lunghi spaghetti (e simili) in piccole matassine facilmente addentabili. Secondo il galateo della tavola la pasta lunga non si taglia, ma la si avvita sulla forchetta, ruotando questa nel piatto. Non è sinonimo di buona educazione l'usanza che tuttora sussiste di adoperare il cucchiaio per coadiuvare questa operazione di avvolgere la pasta sulla forchetta. È sempre buona norma servire la pasta senza cospargerla di formaggio, a meno che non rientri specificamente nella ricetta. Questo non soltanto per lasciare la scelta al singolo commensale, che potrebbe non gradire il formaggio, ma soprattutto per rispettare l'equilibrio nel sapore della pietanza: spesso le ricette sono frutto di una elaborata ricerca nel bilanciamento dei sapori dei diversi ingredienti, e basta una semplice grattugiata di formaggio per mandare tutto all'aria...

Per Questo e molto altro ancora ,visita...

http://le-journal-italienne.blogspot.com/

Chef in cattedra

le ricette

Per Questo e molto altro ancora ,visita...

http://le-journal-italienne.blogspot.com/

TAGLIOLINI IN SALSA TARTARA

Enrico Bartolini

LE ROBINIE
LOCALITÀ CA' D'AGOSTO,
MONTESCANO (PV)

Tagliolini in salsa tartara

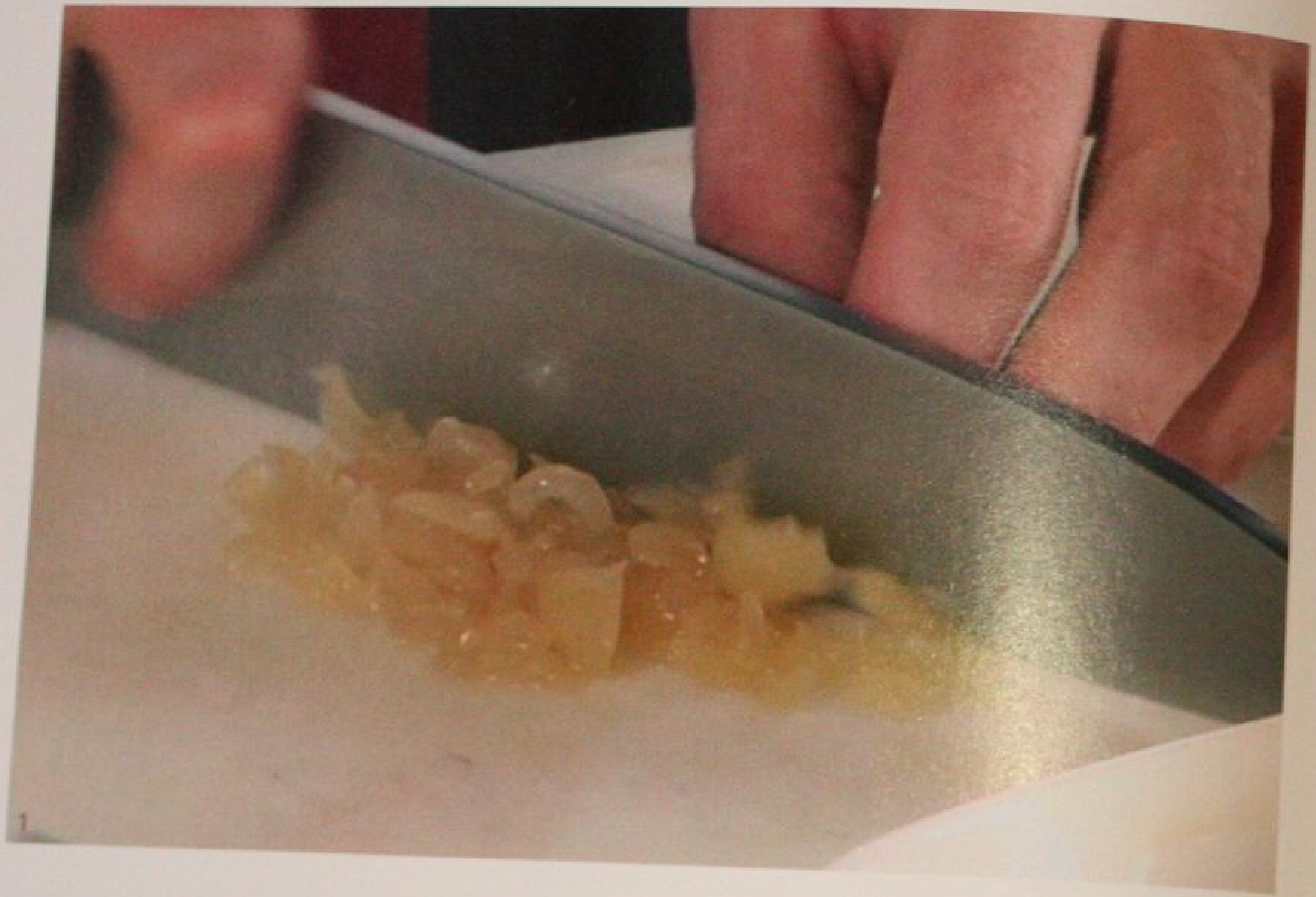
Piatto goloso, realizzato con ingredienti semplicissimi esaltati da una salsa cremosa e invitante.

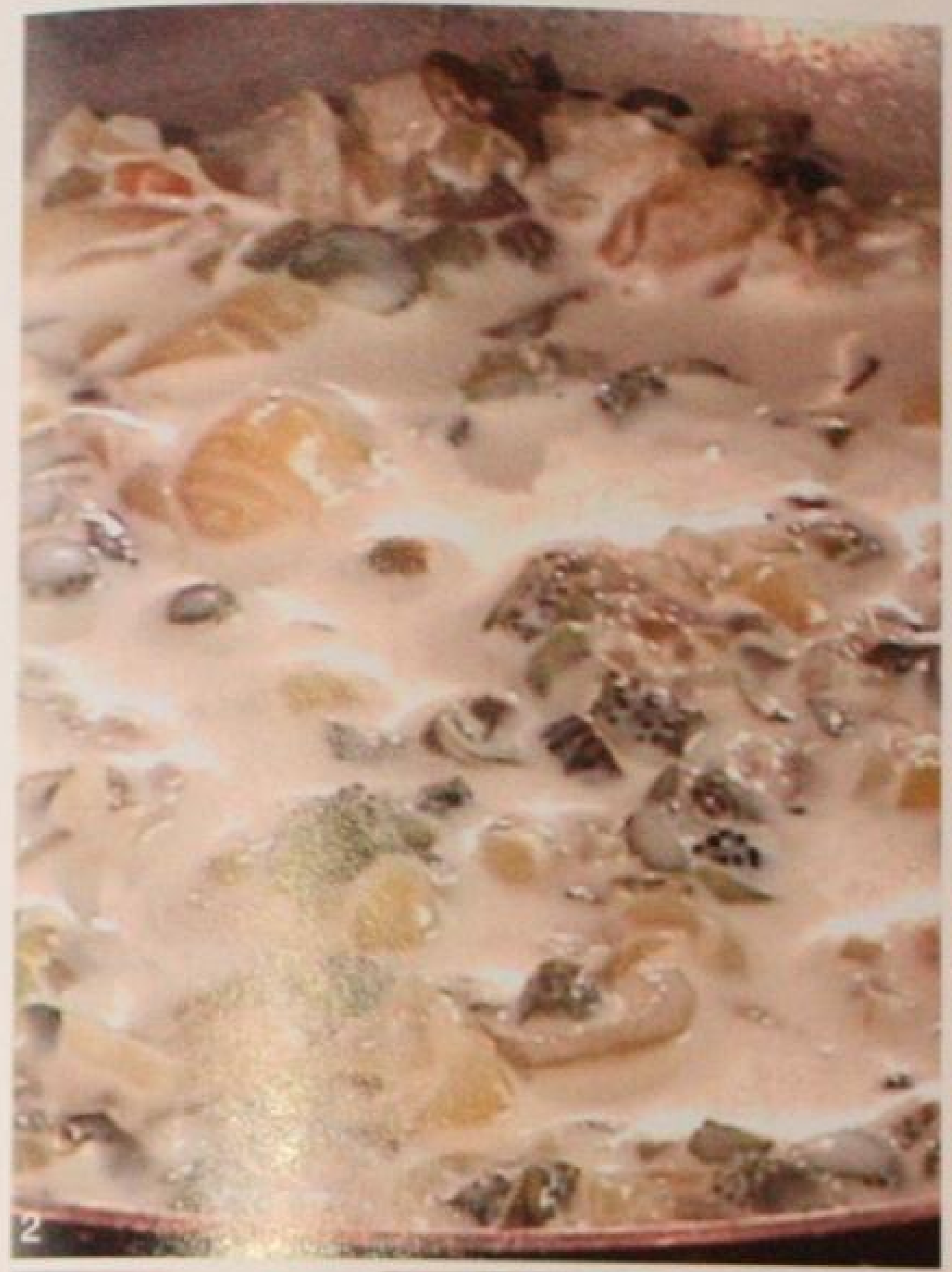
Difficoltà: facile
Preparazione: 10 minuti
Cottura: 20 minuti
Vino: Collio Goriziano DOC Friulano

Ingredienti per 4 persone
320 g di tagliolini di semola di grano duro
100 g di panna fresca
2 tuorli d'uovo
60 g di cetriolini sott'aceto
50 g di cipolline in agrodolce
30 g di capperi dissalati
10 g di senape fluida
Grana Padano grattugiato
prezzemolo fresco tritato

Per Questo e molto altro ancora ,visita...

http://le-journal-italienne.blogspot.com/


1


2

3

4

*

Le cipolline in agrodolce si possono preparare anche a casa. Particolarmente indicate sono le cipolline borrettane. È sufficiente mondare 200 g di cipolline e metterle a sobbollire adagio in una pentola con acqua, zucchero, aceto e sale fino a quando il liquido di cottura risulterà denso e di colore ambrato.

- Tritare grossolanamente le cipolline, i cetriolini e i capperi (foto 1).
- Versare la panna in una padella e portare a ebollizione; aggiungere i cetriolini, le cipolline e i capperi tritati e lasciare ridurre adagio. In alternativa alla panna fresca si può utilizzare del brodo vegetale o di pollo, da arricchire a fine preparazione con una noce di burro (foto 2).
- Quando la panna avrà raggiunto la cremosità desiderata, aromatizzare con una goccia di senape fluida.
- Cuocere i tagliolini in acqua bollente salata per 8 minuti, scolarli e saltarli in padella per qualche minuto lasciandoli insaporire. Mantecare sul fuoco basso con 3-4 cucchiai di acqua di cottura e 2 cucchiai di tuorlo d'uovo sbattuto; aggiungere infine il prezzemolo tritato (foto 3).
- Conclusa la preparazione, arrotolare i tagliolini con l'aiuto di un forchettone e di un mestolo e disporli al centro di un piatto piano; ricoprirli con la propria salsa e servire in tavola con una spolverata di Grana Padano a piacere (foto 4).

Per Questo e molto altro ancora ,visita...

http://le-journal-italienne.blogspot.com/

MEZZI PACCHERI FARCITI AI TRE LATTICINI DI BUFALA CON SUCCO DI POMODORO DATTERINO

Nicola Portinari
LA PECA
VIA GIOVANELLI 2, LONIGO (VI)

Mezzi paccheri farciti ai tre latticini di bufala con succo di pomodoro datterino

Piatto estivo dal gusto mediterraneo, dove i classici ingredienti della pasta fredda offrono lo spunto per una sfiziosa alternativa.

Difficoltà: media
Preparazione: 40 minuti più la marinatura dei pomodori
Cottura: 1 ora e 40 minuti
Vino: Bardolino Chiaretto

Ingredienti per 4 persone
24 mezzi paccheri
400 g di burrata di bufala
250 g di mozzarella di bufala
200 g di ricotta di bufala
600 g di pomodori datterini
8 olive taggiasche denocciolate
olio extravergine di oliva
1 spicchio di aglio
3-4 ciuffi di basilico
qualche cimetta di basilico greco
sale
pepe bianco

Per Questo e molto altro ancora ,visita...

http://le-journal-italienne.blogspot.com/

- Lavare accuratamente i pomodori e il basilico.
- Tagliare a metà nel senso della lunghezza 300 g di pomodori e disporli su una placca da forno; condirli con un pizzico di sale, una spolverata di pepe bianco e un filo d'olio e infornare a 95°C per 1 ora e mezza (foto 1).
- Tagliare i restanti 300 g di pomodori a fette, salarli e lasciarli marinare per 20 minuti in una placca con l'aglio tagliato a fettine e qualche foglia di basilico spezzettato (foto 2).
- Trascorso il tempo di marinatura, togliere il basilico e l'aglio e versare i pomodori in un contenitore; unire i pomodori asciugati in forno e frullare il tutto con un frullatore a immersione emulsionando con un filo d'olio (foto 3).
- Passare infine il composto al setaccio per eliminare i semi e le bucce e ottenere così un succo di pomodoro liscio e vellutato (foto 4).
- Preparare quindi un olio al basilico, sbollentando in acqua molto salata il basilico rimanente per circa 10 secondi. Scolare e raffreddare rapidamente immergendo le foglie in acqua e ghiaccio; strizzarle con cura per eliminare l'acqua e frullare con olio extravergine di oliva fino a rendere l'emulsione ben omogenea (foto 5).
- Con il frullatore a immersione amalgamare la ricotta e la burrata; versare il composto ottenuto nella planetaria[1] e incorporare la mozzarella di bufala tagliata a cubetti, aggiustando eventualmente di sale. In alternativa alla planetaria, per la stessa operazione si può utilizzare una frusta a mano (foto 6).
- Cuocere in acqua salata i mezzi paccheri, scolarli al dente e passarli in acqua fredda per fermare la cottura.
- Su un piatto di forma rettangolare disporre l'uno accanto all'altro sei paccheri e farcirli con il composto di latticini aiutandosi con una sacca a poche. Aggiungere il succo di pomodoro e qualche goccia di olio al basilico (foto 7).
- Guarnire il piatto con le olive taggiasche tagliate a rondelle, le cimette di basilico greco e un filo d'olio extravergine di oliva (foto 8).

[1] **Planetaria:** sbattitrice/impastatrice usata per gli impasti.

Per Questo e molto altro ancora ,visita...

http://le-journal-italienne.blogspot.com/

TRENETTE COL PESTO A MORTAIO, PATATE E FAGIOLINI

Giacomo Ruffoni

LA CONCHIGLIA
VIA LUNGOMARE 33,
ARMA DI TAGGIA (IM)

Trenette col pesto a mortaio, patate e fagiolini

Rivisitazione di un'antica ricetta ligure, in cui nuovi ingredienti partecipano di un intenso profumo di basilico.

Difficoltà: facile
Preparazione: 20 minuti
Cottura: 15 minuti
Vino: Riviera Ligure di Ponente Pigato DOC

Ingredienti per 4 persone
280 g di trenette
100 g di fagiolini verdi piatti
1 patata di medie dimensioni
4 mazzetti di basilico di Prà
15 g di pinoli
1 spicchio di aglio
5-6 cucchiai di parmigiano grattugiato (preferibilmente stagionato 36 mesi)
olio extravergine di oliva di varietà taggiasca
sale grosso

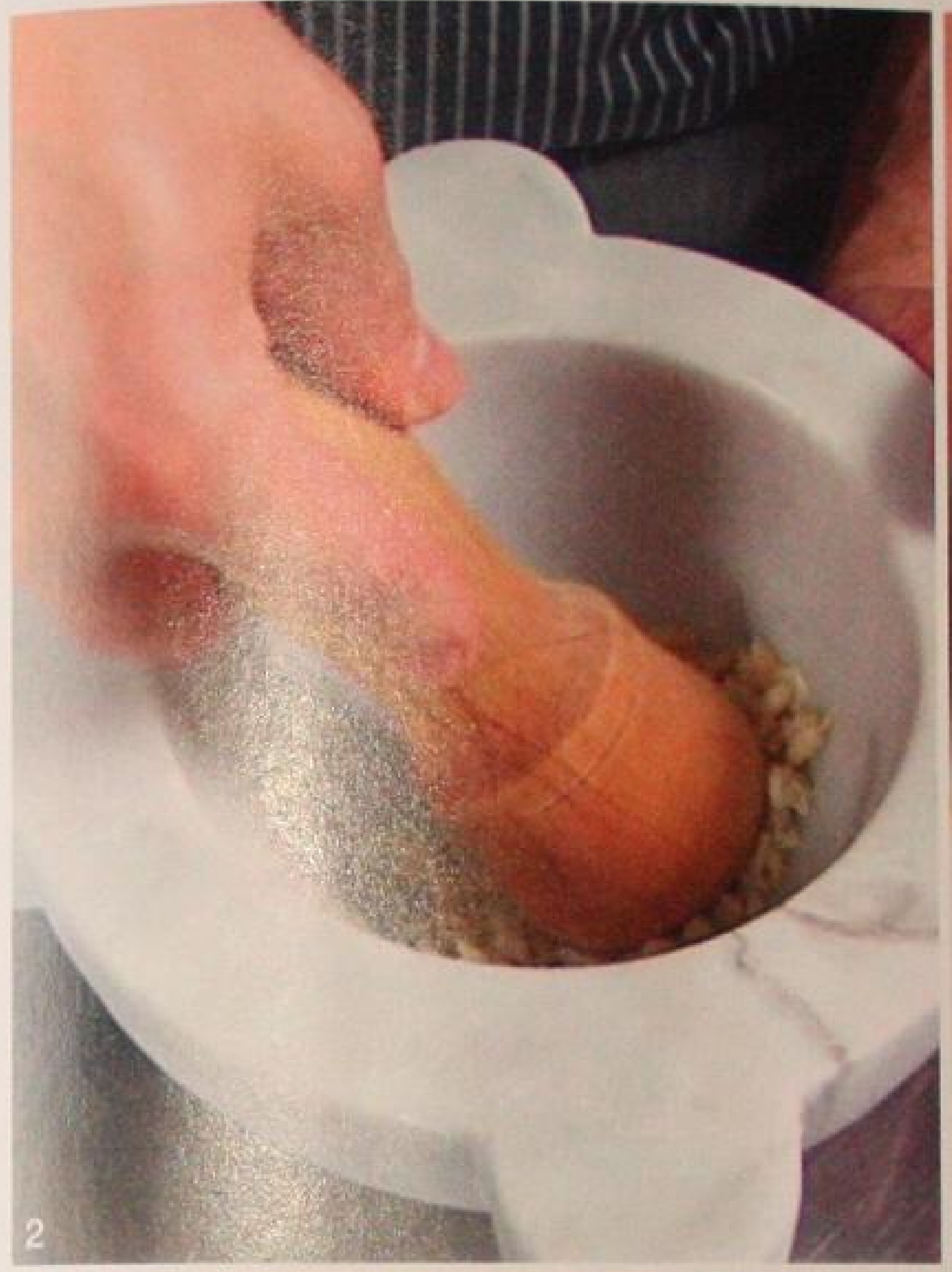
Per Questo e molto altro ancora ,visita...

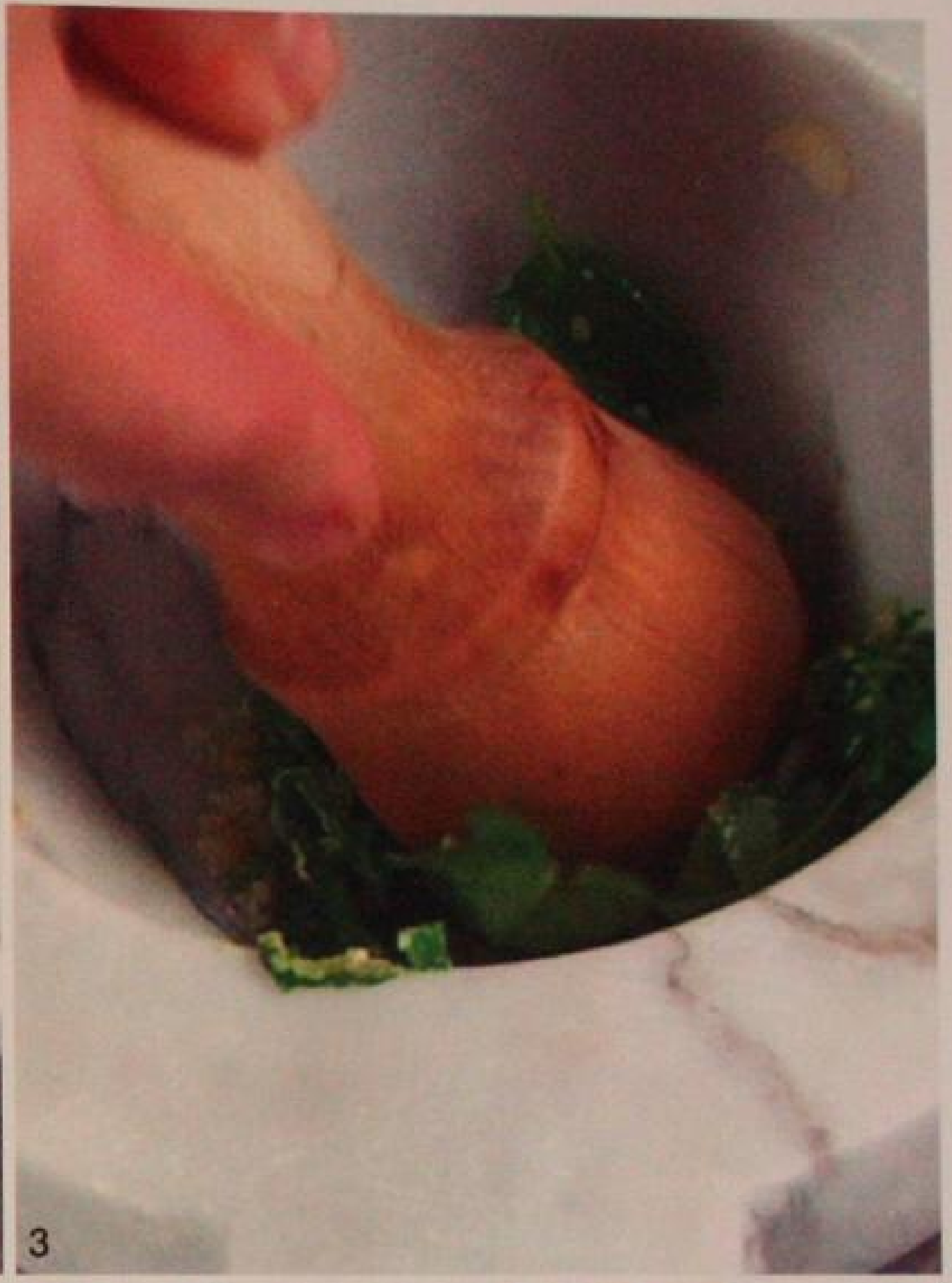
http://le-journal-italienne.blogspot.com/

1

* Il basilico di Prà deve il suo nome al quartiere di Genova dove fin dall'antichità viene coltivato questo basilico ligure dalla foglia piccola e privo di sentore di menta. In alternativa può essere utilizzato del basilico comune.

- Mondare e tagliare a pezzetti i fagiolini; sbucciare e tagliare a fettine sottili la patata; lavare e asciugare delicatamente il basilico.
- In acqua bollente salata versare prima i fagiolini e dopo 1-2 minuti la patata e le trenette (foto 1).
- Nel frattempo pestare nel mortaio l'aglio privato dell'anima e tagliato grossolanamente, i pinoli e un pizzico di sale grosso (foto 2).
- Quando l'aglio e i pinoli saranno diventati una crema, aggiungere gradualmente le foglie di basilico e lavorare con dolci movimenti rotatori del pestello fino a ottenere una salsa omogenea e ben amalgamata (foto 3).
- Incorporare infine il parmigiano e un filo d'olio e rimestare accuratamente.
- Versare il pesto così ottenuto in un contenitore, aggiungere la pasta scolata al dente, i fagiolini e le patate e mescolare con un cucchiaio (foto 4).
- Su un piatto da portata disporre le trenette con il loro condimento, decorare con un ciuffo di basilico e un filo d'olio a crudo e servire ben caldo.


2


3

4

Per Questo e molto altro ancora ,visita...

http://le-journal-italienne.blogspot.com/

FRITTATA DI SPAGHETTI CON FRUTTI DI MARE E POMODORINI

Antonio Dipino
LA CARAVELLA
VIA MATTEO CAMERA 12, AMALFI (SA)

Frittata di spaghetti con frutti di mare e pomodorini

Piatto dall'intenso sapore di mare, dove le antiche usanze della cucina povera vengono nuovamente apprezzate nella loro genuinità.

Difficoltà: media
Preparazione: 30 minuti
Cottura: 30 minuti
Vino: Costa d'Amalfi Fiorduva

Ingredienti per 4 persone
240 g di spaghetti (preferibilmente trafilati al bronzo)
1 kg di frutti di mare misti (scampi, sconcigli, vongole veraci, cannolicchi, cozze)
300 g di calamari già puliti
200 g di pomodorini
3 uova
2 spicchi di aglio
olio extravergine di oliva
1 ciuffo di prezzemolo tritato
sale
pepe bianco di mulinello

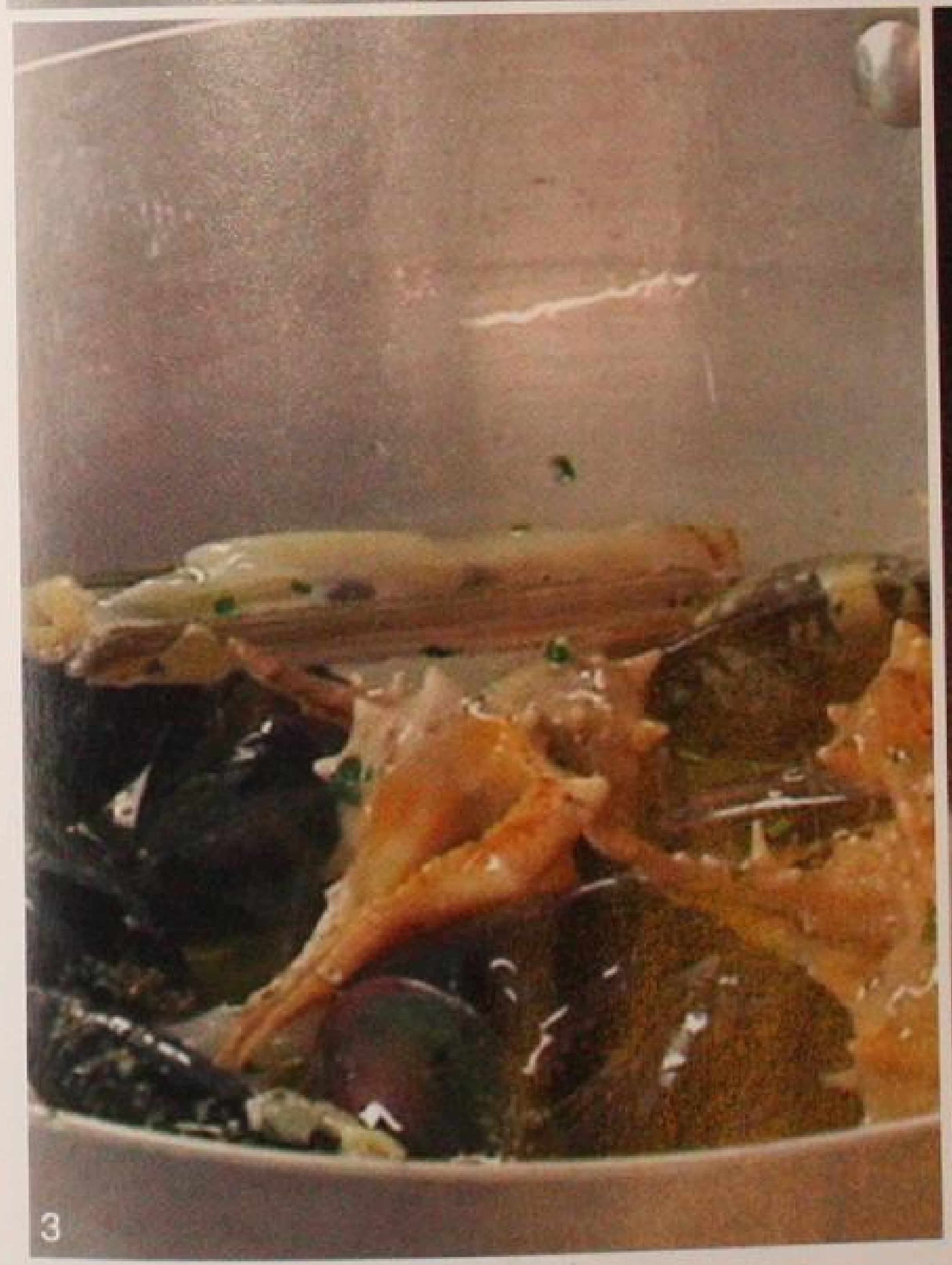
Per Questo e molto altro ancora ,visita...

http://le-journal-italienne.blogspot.com/

1

- Tagliare i calamari a listarelle e saltarli in una padella con uno spicchio d'aglio schiacciato, un filo d'olio e del prezzemolo tritato per circa 5 minuti.
- Nel frattempo cuocere in abbondante acqua salata gli spaghetti; scolarli molto al dente avendo cura di conservare mezzo bicchiere di acqua di cottura. Saltarli nella salsa di calamari e aggiungere un mestolo d'acqua bollente.
- Per amalgamare meglio i sapori e legare gli ingredienti, prima di terminare la cottura aggiungere agli spaghetti un uovo sbattuto con una macinata di pepe (foto 1).
- Stendere gli spaghetti su un ripiano o su un vassoio d'acciaio e lasciarli raffreddare per qualche minuto; aiutandosi con uno stampino tagliare 4 cerchi di circa 10 cm di diametro e 3 cm di altezza e riporli da parte (foto 2).
- Lavare e tagliare a cubetti i pomodorini. In una padella soffriggere con un filo d'olio uno spicchio d'aglio tagliato a fettine e una manciata di prezzemolo tritato; saltarvi per qualche minuto i frutti di mare e aggiungere i pomodorini (foto 3).
- Far cuocere il tutto per 10 minuti a fuoco lento aggiungendo una spolverata di pepe e un mestolo di acqua di cottura degli spaghetti.
- Quando la salsa sarà pronta, sbattere in una terrina le 2 uova rimanenti, bagnarvi i cerchi di spaghetti e passarli in una padella antiaderente con un filo d'olio. Friggere le frittatine così ottenute rivoltandole più volte, finché sulla superficie non si sarà formata una crosta dorata (foto 4).
- Comporre ciascuno dei quattro piatti adagiando una frittatina su una base di frutti di mare; condire con abbondanti cucchiaiate di salsa e con una manciata di prezzemolo tritato fresco.

2


3

4

Per Questo e molto altro ancora ,visita...

http://le-journal-italienne.blogspot.com/

AJO & OJO RISOTTATO

Adriano Baldassarre
IL TORDO MATTO
PIAZZA SAN MARTINO 8,
ZAGAROLO (ROMA)

Ajo & ojo risottato

Piatto gustoso e di rapidissima preparazione, rinnovato dalla cottura "risottata" e da una stuzzicante guarnizione di prezzemolo croccante.

Difficoltà: facile
Preparazione: 10 minuti
Cottura: 20 minuti
Vino: Montefalco Rosso DOC

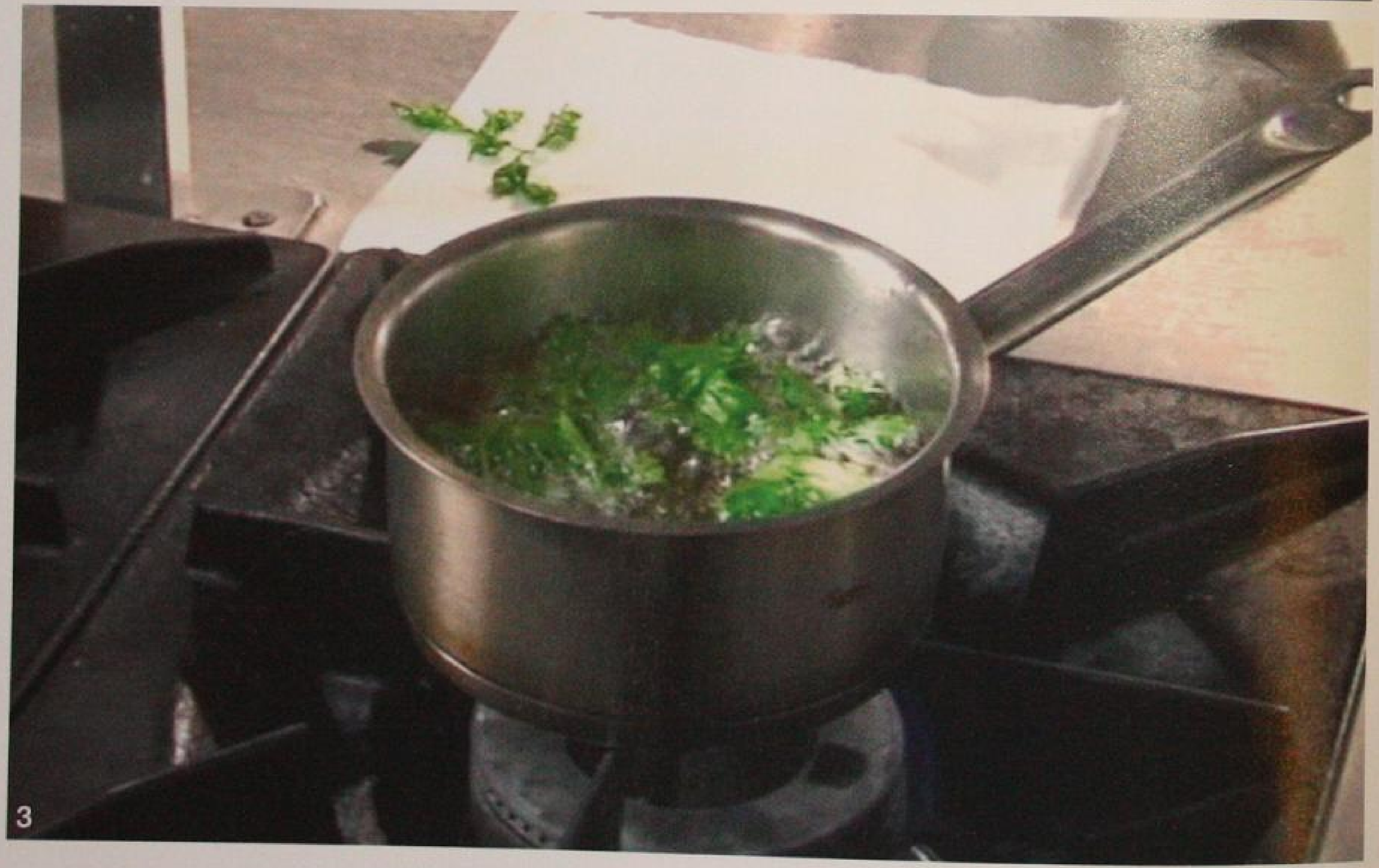
Ingredienti per 4 persone
350 g di spaghettoni
4-5 spicchi di aglio
1 manciata di peperoncini piccanti secchi
olio extravergine di oliva
1 ciuffo di prezzemolo
sale di Maldon (sale grosso)

Per Questo e molto altro ancora ,visita...

http://le-journal-italienne.blogspot.com/

1

2


3

4

- Mettere abbondante acqua in una padella con gli spicchi d'aglio interi e non sbucciati e una manciata di peperoncini piccanti; lasciar cuocere in infusione per 5-7 minuti (foto 1).
- Unire gli spaghettoni, attendere qualche minuto finché si saranno ammorbiditi e cominciare a mescolare, tenendoli sempre appena coperti di acqua. Con un mestolo togliere l'acqua in eccesso e metterla da parte in una casseruola (foto 2).
- Nel frattempo friggere le foglie di prezzemolo (precedentemente lavate e asciugate) in olio a 140°C per 2-3 secondi e disporle ad asciugare su un foglio di carta assorbente (foto 3).
- Trascorso il tempo di cottura degli spaghettoni, regolare di sale[1] e saltare gli spaghetti. Affinché la pasta mantenga la propria cremosità, continuando a saltare, mantecare brevemente con un filo d'olio e 1-2 cucchiai dell'acqua di cottura.
- Arrotolare gli spaghettoni con l'aiuto di un forchettone e di un mestolo e disporli nel piatto da portata; condire con la salsa di cottura, cospargere di prezzemolo fritto e servire ben caldo (foto 4).

[1] **Sale di Maldon**: sale proveniente dall'Inghilterra che si presenta in sottilissime scaglie. Essendo un cristallo questo sale non si scioglie subito, ma rimane croccante, dando un tocco particolare alle pietanze. In alternativa si può utilizzare un buon sale marino grosso.

Per Questo e molto altro ancora ,visita...

http://le-journal-italienne.blogspot.com/

SPAGHETTONI DI FARINA DI GRANO RUSIA CON RAGÙ DI TRIGLIE

Pietro D'Agostino
LA CAPINERA
VIA NAZIONALE 177,
SPISONE-TAORMINA (ME)

Spaghettoni di farina di grano rusia con ragù di triglie

Ricetta a base di prodotti tipici del territorio siciliano, che abbina la delicatezza delle triglie all'aroma delle erbette fresche e al sapore deciso del nero di seppia.

Difficoltà: media
Preparazione: 20 minuti
Cottura: 45 minuti
Vino: Etna Rosato DOC

Ingredienti per 4 persone
240 g di spaghettoni di grano rusia o grano duro (preferibilmente artigianali)
150 g di filetti di triglia freschissimi e puliti
3 pomodorini pachino ben maturi
mezzo bicchiere di vino bianco
1 dl di olio extravergine di oliva
20 g di cacao amaro
nero di seppia
basilico fresco
erbette aromatiche a piacere
pepe
sale di Mothia (sale grosso)

Brodo di pesce
5 dl di acqua
1 kg di lische di pesce
1 carota piccola
mezza cipolla
1 ciuffetto di prezzemolo
1 foglia di alloro
pepe

Per Questo e molto altro ancora ,visita...

http://le-journal-italienne.blogspot.com/

1

2

3

4

- Preparare un brodo di pesce facendo bollire per circa 30 minuti le lische di pesce in mezzo litro d'acqua con gli aromi (alloro e prezzemolo), le verdure (cipolla e carota) e una spolverata di pepe. Filtrare e mettere da parte.
- Tagliare a dadini i filetti di triglia lasciandone da parte uno per ciascuna porzione.
- In una padella antiaderente rosolare il pesce con un filo d'olio, il basilico e le erbette tritate grossolanamente; aggiustare di sale[1] e pepe e aggiungere il vino bianco, i pomodorini tagliati a pezzetti e infine una tazza di brodo di pesce. Lasciare sul fuoco ancora per 5 minuti, unendo un filo d'olio per amalgamare meglio il tutto (foto 1).
- Cuocere gli spaghettoni immergendoli in acqua bollente poco salata e aggiungere subito dopo il cacao, ingrediente che darà alla pasta un leggero gusto amarognolo contrastante con la dolcezza delle triglie; scolare al dente e saltare in padella con le triglie per qualche minuto finché gli spaghettoni non saranno ben insaporiti.
- In un'altra padella rosolare per qualche minuto con poco olio e una macinata di pepe i filetti che si erano lasciati da parte (foto 2).
- Disporre gli spaghettoni arrotolati a nido su un piatto pennellato col nero di seppia, ricoprirli con il ragù di triglia e completare con il filetto di pesce rosolato (foto 3).
- Guarnire il piatto con qualche foglia di basilico, erbette aromatiche e con un filo d'olio a crudo (foto 4).

[1] **Sale di Mothia**: sale siciliano di ottima qualità originario della zona tra Marsala e Trapani. Può essere sostituito da un altro comune sale marino.

Per Questo e molto altro ancora ,visita...

http://le-journal-italienne.blogspot.com/

Chef ACADEMY
LA GRANDE SCUOLA DI CUCINA
CON LIBRO E RICETTE FILMATE

Piano dell'opera

1. Antipasti freddi
2. Antipasti caldi
3. Primi piatti di pasta secca
4. Primi piatti di pasta fresca
5. Gnocchi e paste ripiene
6. Riso, farro, orzo e polenta
7. Zuppe e minestre
8. Pane, pizze, torte salate
9. Pesci di mare
10. Molluschi, crostacei e pesci d'acqua dolce
11. Carni bianche
12. Carni rosse e selvaggina
13. Verdure e contorni
14. Dolci lievitati, torte e crostate
15. Dolci al cucchiaio, semifreddi, gelati
16. Piccola pasticceria e cioccolato

IN QUESTO NUMERO

3. Primi piatti di pasta secca

DVD 1 — **SCUOLA DI CUCINA**

PREPARAZIONI E TECNICHE DI BASE
Tecniche di cottura
Cottura della pasta a risotto
Tecniche di finitura

SALSE CALDE
Salsa di pomodoro classica
Salsa di pomodoro fresco
Carbonara dello chef
Carbonara
Amatriciana
Salsa ai carciofi
Mollica di pane e acciughe
Salsa ai formaggi

SALSE FREDDE
Salsa di pomodoro concassé
Pesto genovese
Pesto alla siciliana
Salsa ai peperoni

PASTE GRATINATE
Pasta al gratin
Timballo di maccheroni

STRUMENTI
Organizzarsi in cucina
Utensili per la pasta secca

MATERIA PRIMA
Formati speciali della pasta secca

DVD 2 — **CHEF IN CATTEDRA**

LE RICETTE

Tagliolini in salsa tartara
Enrico Bartolini,
LE ROBINIE,
Montescano (Pavia)

Mezzi paccheri farciti ai tre latticini di bufala con succo di pomodoro datterino
Nicola Portinari,
LA PECA, Lonigo (Vicenza)

Trenette col pesto a mortaio, patate e fagiolini
Giacomo Ruffoni,
LA CONCHIGLIA,
Arma di Taggia (Imperia)

Frittata di spaghetti con frutti di mare e pomodorini
Antonio Dipino,
LA CARAVELLA,
Amalfi (Salerno)

Ajo & ojo risottato
Adriano Baldassarre,
IL TORDO MATTO,
Zagarolo (Roma)

Spaghettoni di farina di grano rusia con ragù di triglie
Pietro D'Agostino,
LA CAPINERA,
Spisone Taormina (Messina)

LIBRO

Nel libro sono riportate tutte le ricette eseguite nei due DVD Scuola di Cucina e Chef in cattedra. Inoltre ulteriori preparazioni sul tema sono consultabili nella sezione Altre Ricette.

CHEF MAESTRO

Lo chef maestro vi insegnerà passo passo le tecniche di base e svelerà trucchi, curiosità e squisite ricette.

la Repubblica L'espresso

I CORSI DEL GRUPPO EDITORIALE L'ESPRESSO
Settimanale - N.26/2009 Anno II
Direttore Responsabile: Ezio Mauro
Gruppo Editoriale L'Espresso S.p.A.
Sede legale via Cristoforo Colombo 149 - 00147 Roma

Su licenza di E-ducation.it © 2009 E-ducation.it - Tutti i diritti riservati
Ogni violazione sarà perseguita a termini di legge

Da vendersi esclusivamente in abbinamento al numero in edicola de la Repubblica oppure de L'espresso.
Euro 12,90 + il prezzo di Repubblica oppure de L'espresso.

90003
9 771974 456032

Su licenza di: E-DUCATION

Per Questo e molto altro ancora ,visita...